

Gez. von Raabe. Gest. v. H. Fincke in Berlin.

Die Gallerie und das neue Theater in Warmbrunn.

Der Kurort

Warmbrunn,

seine warmen Schwefelquellen

und die damit [illegible] Heilanstalten.

Ein [illegible] und [illegible].

Für den Kurgast, [illegible]

von

Dr. B. [illegible]

[illegible] des rothen Adlerordens [illegible] Mitgliede der [illegible] Alterthum Schlesiens [illegible] der Gesellschaft für [illegible] Großherzoglich [illegible] der [illegible].

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Breslau 1850.

A. Gosohorsky's Buchhandlung (L. F. Maske).

Warmbrunn, bei C. J. Liebl.

Der Kurort

Warmbrunn,

seine warmen Schwefelquellen

und die ihnen zugehörigen Heilanstalten.

Ein Führer und Leitfaden
für den Kurgast, mit besonderer Rücksicht auf Diätetik

von

Dr. B. Preiß,

Königl. Preuß. Sanitätsrathe, Ritter des rothen Adlerordens 4ter Klasse, Reichsgräflich Schaffgotsch'schem ersten Badearzte in Warmbrunn, Mitgliede der schlesischen Gesellschaft für vaterländische Kultur und des Vereins für Geschichte und Alterthum Schlesiens zu Breslau, der physikalisch-medizinischen Gesellschaft zu Königsberg in Pr., der Gesellschaft für Natur- und Heilkunde in Dresden, der medizinischen Gesellschaft zu Leipzig und des Vereins Großherzoglich Badischer Medizinalbeamten zur Förderung der Staatsarzneikunde.

Die Bäder in Warmbrunn sind nicht Mode-,
nicht Scherz-, nicht Probier-Bäder.
Mogalla.

Breslau 1850.
A. Gosohorsky's Buchhandlung (L. F. Maske).

Warmbrunn, bei C. J. Liedl.

Ihrer Excellenz

der

Frau Reichsgräfin

Josephine Schaffgotsch

geb. Gräfin v. Zieten

mit größter Ehrerbietung

gewidmet

vom Verfasser.

Hochgeborne Frau!

Wem das Glück zu Theil wird, sich Ew. Excellenz nähern zu dürfen, bewundert nicht allein die Kraft und die Höhe Ihres Geistes, sondern verehrt auch zugleich die erhabene Gesinnung und die Tiefe des Gemüths, woraus Ew. Excellenz das fortdauernde Bedürfniß erwächst, Gutes zu fördern und die Leiden Anderer zu mildern. Für gegenwärtiges Buch, dessen Zweck es ist, den Leidenden, die an Warmbrunns Heilquellen Genesung zu finden hoffen, ein Rathgeber zu sein, ist es gewiß die

beste Vorbedeutung, daß der Name Ew. Excellenz an seiner Spitze stehen darf.

Empfangen Sie, hochgeborne Frau, mit dieser meiner Arbeit den Ausdruck der aufrichtigsten und unwandelbarsten Ehrerbietung, womit ich verharre

Ew. Excellenz

Breslau, gehorsamster

den 1. Mai 1850. Preiß.

Vorwort.

Es hat bisher eine Schrift über Warmbrunn gefehlt, deren Tendenz lediglich dahin gerichtet gewesen wäre, den Kurgast in einer, dem eigentlichen Zwecke desselben entsprechenden Weise sowohl mit allen innern Verhältnissen des Orts als einer Heilanstalt vertraut zu machen, als auch ganz besonders ihm in geeigneter Darstellung eine umsichtige und umfassende Anleitung zum richtigen und gedeihlichen Gebrauch der Kur zu geben. Die folgenden Blätter sollen diesem längst gefühlten Bedürfnisse Abhülfe thun. In der Absicht, hierbei den gestellten Ansprüchen der Gegenwart möglichst zu genügen, wurde, ohne Vernachläßigung des anderweitig Wissenswürdigen für den Kurgast, vorzugsweise zu erstreben gesucht, die klimatischen Verhältnisse des Kurorts und dessen Lage, Bodenbeschaffenheit und Vegetation, insoweit diese letztern im Zusammenhange mit erstern stehen, der großen Wichtigkeit und dem hohen Interesse des Gegenstandes gemäß, umständlich zu erörtern, ferner die Eigenschaften, Kräfte und Wirkungen der Heilquellen möglichst klar zu beleuchten und eben so auch ein leicht verständliches Bild von allen Krankheiten, gegen welche man sich der Schwefelquellen Warmbrunns als Heilmittel bedient, zu entwerfen. Es sollte aber hierdurch kein anderer Zweck erreicht werden, als feste Anhaltspunkte zu gewinnen für die gegebenen Heilvorschriften und besonders den aufgestellten diätetischen Regeln die sicherste Stütze zu verschaffen. Denn es muß hervorgehoben werden, daß das Gewicht in

vorliegender Schrift hauptsächlich auf deren diätetischen Theil gelegt ist, weil es nichts Entscheidenderes für das Gelingen der Kur giebt, als eine ihr vollkommen entsprechende, regelrecht angewandte Diät.

Vorurtheile, alte, wie neue, haben mit Entschiedenheit ihre Widerlegung gefunden. Es war endlich an der Zeit, diesen mit triftigen Beweisgründen zu begegnen.

Im Widerspruche mit aller Erfahrung und in gleichem Maaße auch mit der Theorie haben sich in den letzten Jahren ganz falsche, die Erfolge der Kur gefährdende Ansichten verbreitet über das Verhalten des Kurgastes unmittelbar nach dem Bade, insoweit dasselbe beabzweckt, die durch das warme Schwefelbad stärker angeregte Hautthätigkeit nicht nur nicht zu stören, sondern vielmehr zu unterstützen, ferner über den von den erfahrensten und ausgezeichnetsten Aerzten nicht selten empfohlenen Gebrauch fremder Mineralbrunnen neben den Bädern. Es war nöthig, gegen diese grundfalschen, den Kurgästen sowohl, als auch dem Kurorte Nachtheil bringenden Ansichten mit allen zu Gebote stehenden Mitteln anzukämpfen und sie in ihrer ganzen Nichtigkeit nackt hinzustellen.

An das in dieser Schrift Niedergelegte ist der Prüfstein langjähriger Erfahrung angelegt. Da es zugleich das Bemühen des Verfassers war, den Leser überall auf den Standpunkt der Selbstbeurtheilung zu bringen, so darf derselbe sich der Hoffnung hingeben, daß diese Schrift den Kurgast vor Täuschungen sicher stellen und den Nutzen für ihn haben werde, welchen der Verfasser ihm von ganzem Herzen wünscht.

Das Buch ist für Gebildete geschrieben.

Breslau, im Maimonat 1850.

Inhalts-Verzeichniß.

Seite

Geschichte der Heilquellen Warmbrunns ... 1

Der Kurort Warmbrunn, seine Geschichte, innern Verhältnisse und seine der Geselligkeit und dem Vergnügen der Badegäste gewidmeten Anstalten ... 7

Geschichte Warmbrunns ... 7

Die innern Verhältnisse des Orts in Rücksicht auf Wohnungen, Handel und Gewerbe ... 12

Das Schloß ... 13

Die Gallerie ... 14

Der neue Kursal ... 14

Der Schönfeld'sche Gesellschaftsgarten ... 14

Das Schauspielhaus ... 15

Die Bibliothek ... 15

Die Museen und die Waffensammlung ... 15

Die Gasthöfe ... 16

Die Apotheke ... 17

Das Bade-Polizei- und Bade-Administrations-Bureau ... 17

Die Post ... 17

Die Lage Warmbrunns ... 17

Bodenbeschaffenheit und Vegetation ... 19

Das Klima Warmbrunns ... 21

Nähere und fernere Spaziergänge und weitere Ausflüge ... 36

Die Bäder und die ihnen zugehörigen Heilanstalten ... 42

Seite

Das große Bad 43

Das kleine Bad 43

Das Leopoldsbad 44

Die Kur-Wannenbäder 44

Die Fall-, Frottir- und Regen-Douche-Bäder 44

Die Vorbereitungsbäder 45

Die Trinkanstalten 45

Die Trinkquelle 45

Die Molkenbereitungsanstalt 46

Die Einrichtung zum Gebrauch fremder Brunnen 46

Die Elekterisir-Anstalt 46

Die Bade-Armenanstalt 46

Physische und chemische Eigenschaften der Heilquellen 48

Physische Eigenschaften 48

Chemische Eigenschaften 48

Die allgemeinen und besonderen Wirkungen der Heilquellen 50

Die allgemeinen Wirkungen 50

Die Wirkungen in besondern Krankheiten 55

Wirkungen der warmen Douche-Bäder 80

Anwendungsart der warmbrunner Heilquellen 80a

Erscheinungen, welche während des Badens wahrgenommen zu werden pflegen 81

Erscheinungen, welche im Verlaufe der Kur einzutreten pflegen .. 82

Das Verhalten vor, in und nach dem Bade 84

Badeordnung 89

Anzahl der Bäder 92

Wirkung und Gebrauchsweise der Trinkquelle 94

Das Einathmen der Gase 99

Wirkung und Gebrauchsweise der Molken 101

Ueber den Gebrauch fremder Mineralbrunnen neben den warmbrunner Bädern 104

Seite

Ueber den Arzneigebrauch während der Kur 107

Die geeignete Kurzeit in Warmbrunn 110

Die Nachwirkung der Kur 114

Ueber Vorbereitungs- und Nachkuren 118

Lebensordnung 130

Allgemeines 130

Verhaltungsmaßregeln in Betreff der Nahrung und Getränke 146

Mäßigkeit im Genuß 146

Einfachheit und Leichtverdaulichkeit der Nahrung 148

Rücksichtsnahme auf die Darmausscheidung bei der Wahl der Speisen und Getränke 148

Modifizirung der Nahrungsmittel und Getränke nach dem Erregungszustande der Blutgefäße und Nerven 150

Modifikation der Nahrung und Getränke zur Zeit der Krisen 150

Allgemeine Bemerkungen über die Nahrungsmittel 151

Die Nahrungsmittel aus dem Thierreiche 154

Die Nahrungsmittel aus dem Pflanzenreiche 157

Die Gewürze 165

Die Zubereitung der Nahrungsmittel 167

Die Getränke 175

Spezielle diätetische Regeln in den einzelnen Krankheiten 189

In der Gicht und den von ihr abhängenden Krankheiten 190

In den Hämorrhoiden und den von ihnen abhängenden Krankheiten 191

In der Bleichsucht 192

In den Skrofeln und den von ihnen abhängenden Krankheiten . . . 193

Im Rheumatismus und den von ihm abhängenden Krankheiten . . . 194

Spezielle diätetische Regeln in Beziehung auf die chemischen Eigenschaften der Heilquellen 197

Spezielle diätetische Regeln in Beziehung auf den Gebrauch der Molken 200

Seite

Die einzelnen Mahlzeiten 201

Das Frühstück 202

Das Mittagbrot 202

Das Abendessen 204

Verhaltungsmaßregeln in Betreff der Luft 204

Verhaltungsmaßregeln in Betreff der Kleidung 218

Verhaltungsmaßregeln in Betreff der Bewegung und Ruhe 226

Verhaltungsmaßregeln in Betreff des Schlafens und Wachens 236

Seelen-Diätetik 241

Taxe für die Bäder, Brunnen und übrigen Heilanstalten .. 259

Geschichte der Heilquellen Warmbrunns.

Die Geschichte der Heilquellen Warmbrunns reicht bis in das zwölfte Jahrhundert. Die alten Chronikenschreiber nennen Herzog Boleslaus I., Altus genannt, als denjenigen, der, Herr dieser Gegend, 1175 beim Jagen die warmen Quellen entdeckt habe. Schriftlichen Urkunden zufolge waren dieselben bereits im Jahre 1180 von Kranken in Gebrauch gezogen worden. Gewiß ist es, daß sie schon um diese Zeit Johannes dem Täufer gewidmet waren. So unsicher und mangelhaft die ältesten geschichtlichen Ueberlieferungen, welche die Heilquellen Warmbrunns betreffen, auf uns gekommen sind, scheint es doch, nach dem, was erzählt wird, wahrscheinlich, daß letztere um das Jahr 1200 sich bereits eines gewissen Rufes ihrer Wirksamkeit und daher auch eines schon häufigern Besuches von Kranken zu erfreuen gehabt haben. Wie später nachgewiesen werden wird, hängt die Gründung Warmbrunns mit der Entdeckung seiner Heilquellen eng zusammen; es ist daher leicht einsichtlich, daß die Entfaltung des Orts von dem Schicksale der warmen Quellen, nach denen er benannt, in steter Abhängigkeit gehalten war. Obgleich mit Wahrscheinlichkeit vorausgesetzt werden kann, daß die Badeanstalten der Zeit noch äußerst mangelhaft waren, ist es doch gewiß, daß um das Jahr 1200 bereits eine ziemliche Anzahl von Wohnungen in Warmbrunn vorhanden waren, die zur Einwohnerzahl in keinem richtigen Verhältnisse zu stehen schienen, was auf eine schon ausgedehntere Benutzung seiner Heilquellen von Fremden zurückschließen läßt. Mit dem Jahre 1377, in welchem der tapfere Ritter Gottsche Schoff Herr fast sämmtlicher Ländereien am Riesengebirge geworden, beginnt der geschichtliche Boden der Heilquellen Warmbrunns mehr Festigkeit zu bekommen. Urkundlich fest steht es, daß im Jahre 1403 das kleine Bad Eigenthum des Cisterzienser-Stiftes zu Grüssau geworden, und zwar in Folge einer Schenkungsakte, welche der genannte Ahnherr des reichsgräflich Schaffgotsch'schen Hauses aus frommen Sinne genanntem Stifte ausgestellt hatte.

Ueber die Zeit, in welcher die Bäder erbaut, in welcher Art und Weise der Bau zuerst ausgeführt worden ist, fehlen geschichtliche Nachrichten. Eben so unbekannt bleiben aus gleichen Gründen die Einrichtungen, welche die Bäder bei ihrem Entstehen erhalten haben. Im Jahre 1569 brauchte Herzog Hansen zu Cüstrin die Bäder in Warmbrunn. In seiner Begleitung befand sich der berühmte Dr. Kaspar Hoffmann als Leibarzt. Nach der Schilderung dieses gelehrten Arztes in einem noch vorhandenen Briefe an den Churfürstlich Sächsischen Leib-Medikus Paul Luther waren zu der Zeit die Bäder in sehr schlechtem Zustande. Das kleine Bad hieß damals das steinerne, weil die Quelle eine Umfassung von Quadersteinen hatte. Der Raum desselben war so beschränkt, daß kaum sechs Personen zum Baden darin Platz hatten. Das große Bad wurde das Holzbad genannt, weil die Einfassung der Quelle aus Bretern bestand. Die Ueberbauung beider Quellen war von Holzwerk ausgeführt. In dem steinernen Bade badeten die Vornehmen und Wohlhabenden, in dem durch eine Breterwand in zwei Hälften getheilten Holzbade ausschließlich die Armen; in der einen Abtheilung die Männer, in der andern die Frauen zu gleicher Zeit. Im Jahre 1576 ließ der Prälat Kaspar Ebert zu Grüssau das kleine Bad, auch das probsteiliche genannt, in der Art umändern, daß dasselbe von einem gemauerten viereckigen Gebäude umgeben wurde. Dieses Gebäude stand mit dem langen Hause durch einen hölzernen Gang in Verbindung, hatte in der Mitte eine Badestube, in welcher alle vierzehn Tage zu Ader gelassen und eine Art Schweißbad genommen wurde, und links ein kleines Zimmer zum Aus- und Ankleiden. Im Jahre 1692 unternahm der Abt Bernhard Rosa einen zweckmäßigen Umbau des probsteilichen Bades. Das Gebäude, von Mauerwerk aufgeführt, erhielt die Form eines kleinen viereckigen Tempels mit zwei Kuppeln und wurde im Innern mit sechs Kabinets zum An- und Auskleiden versehen. Im Jahre 1627 wurde, einer handschriftlichen Urkunde zufolge, vom Grafen Hans Ulrich Schaffgotsch, bekannt durch sein unverdientes unglückliches Ende zu Regensburg, die Erbauung des großen Bades, wie dies in Form, Gestalt und zum Theil innerer Einrichtung heute noch besteht, unternommen. Obgleich damals das Bassin selbst keine Umänderung erlitten zu haben scheint und die Temperatur der Quelle in demselben durch Zudrang wilder, kalter Wässer niedriger war, als die im kleinen Bassin, so wurde doch von da ab das große Bad von den vornehmern und reichern Kranken benutzt. Erst

um das Jahr 1717 wurde die warme Quelle im großen Bade in einen rautenförmigen, mit Quadersteinen umgebenen Kasten gefaßt und dem Zudrange wilder Wässer durch Aufführung einer starken Mauer von lauter Kitt hinter dem Kasten für immer Einhalt gethan. Durch das Abfangen der kalten Wässer erhielt die warme Quelle eine bleibende Temperatur von + 28 ° R. Das Bassin selbst erhielt eine sechseckige Form und hatte oben acht Fuß im größten Durchmesser; auch wurde dasselbe mit einer gemauerten Ballustrade umgeben, welche an zwei gegenüberliegenden Stellen durchbrochen war und von denen aus man auf Stufen in das Bassin hinabstieg. Der obere Theil der Stufen bildete durch ein Verdeck und Rollvorhänge die Solitüde. In einem, zur selben Zeit dicht an dieses Bad angebauten kleinen Hause befand sich ein Schwitzbad.

Was die Trinkquelle betrifft, so wurde dieselbe als solche erst in neuerer Zeit hergestellt. Trotz dem muß das Trinken des warmen Schwefelwassers schon in den ältesten Zeiten üblich gewesen sein. Bestimmt wird desselben zu Anfang des 16. Jahrhunderts Erwähnung gethan. 1607 giebt schon Schwenckfeld genaue Anordnungen zum Trinken, bestimmt dazu die Frühstunden und die Zeit von 3 — 4 Uhr Nachmittags, giebt an, in welcher Menge man das warme Wasser trinken soll, und nennt mehrere Kranke, die durch das Trinken von schweren Krankheiten geheilt worden sind; er giebt aber auch — und das ist bemerkenswerth — Aufschlüsse über die Art und Weise, in welcher damals das Trinken vermittelt wurde. Des frühen Morgens mußte nämlich das Bad ausgeschöpft und gereinigt werden; alsdann wurden Gefäße herabgelassen, welche das, aus einer Felsenspalte, wie aus einer Röhre, hervorsprudelnde Wasser auffingen und aus denen man dasselbe in Gläsern den Trinkenden darreichte. Es scheint jedoch, als wenn der Gebrauch des Trinkens später abgenommen habe, indem 1656 Zindel bereits berichtet, daß das Trinken, dem er seine Wirksamkeit nicht abspricht, das er vielmehr hervorhebt, wenig üblich sei. Bald nachher war dasselbe ganz in Vergessenheit gerathen, jedoch wieder von Dr. Pauli (in Breslau) im Jahre 1771 und von da ab bleibend eingeführt. Erst 1785 wurde von den zwei im kleinen Bade vorhandenen warmen Quellen, die eine etwas wärmere in ihrem Ursprunge gefaßt und durch Aufsetzen eines Ständers als Trinkquelle, jedoch ohne sonstige dem Zweck entsprechende Vorkehrungen eingerichtet.

Die erste chemische Untersuchung der Heilquellen fällt in das Jahr

1780. Dieselbe wurde von dem kenntnißreichen Apotheker Tschörtner, damaligem Besitzer der Offizin in Warmbrunn, unternommen und im Jahre 1785 von ihm zum zweiten Male angestellt. Die Scheidekunst stand in früheren Zeiten noch auf einer niedern Stufe der Ausbildung. Noch in der zweiten Hälfte des 17. Jahrhunderts waren die rohesten Ansichten über die chemischen Bestandtheile der warmbrunner Heilquellen allgemein verbreitet. In ihnen sollten Schwefel, Vitriol und Alaun, Bergsalz, Bitumen, Erdpech, wilder Bernstein, Stahl und Eisen enthalten sein. Im weiteren Verfolg wird klar gezeigt werden können, in welchem Irrthume die ältere Wissenschaft befangen war.

So beschaffen blieben die Bäder und die Trinkquelle bis gegen Ende des vorigen Jahrhunderts. Dr. Mogalla, welcher 1795 wegen eines gefährlichen Augenleidens Warmbrunn in Gebrauch gezogen und seine vollständige Genesung daselbst erlangt hatte, gebührt das Verdienst, den alten Ruf Warmbrunns durch Ausdehnung und zweckmäßigere Einrichtung seiner Heilanstalten neu belebt zu haben. Unter Aufsicht des Pater Joseph Beschorner wurde im Jahre 1800 das kleine Bassin erweitert, wobei dessen bisherige sechseckige Form in eine runde umgeschaffen wurde. Das Gebäude selbst ward 1802 durch einen Umbau in gefälliger Form vergrößert. Eine Vorhalle, ein Versammlungszimmer für die Badenden und eine zweckmäßig eingerichtete Trinkanstalt bilden diesen Anbau. Durch letzteren wurde einem bis dahin tief gefühltem Mangel in erwünschter Weise Abhülfe gethan. Zur selben Zeit erhielt auch das große oder gräfliche Bad unter dem damals regierenden Grafen Johann Nepomuk Gotthard Schaffgotsch eine ansehnliche Erweiterung. Auch hier wurde das Bassin vergrößert und in eine runde Form gebracht, wobei es gelang, die frühere Temperatur des Wassers dadurch zu erhalten, daß der Abzugskanal tiefer gelegt wurde. Im Zusammenhange mit diesem Bade wurde ein schönes, massives und großes Gebäude erbaut, in welchem zweckmäßige Badekabinette zu Kurwannenbädern, so wie die Douche-, Frottir-, Tropf- und Regenbäder und eine Elektrisir-Anstalt eingerichtet wurden. Nach der 1810 erfolgten Säcularisation der Klöster erlangte 1812 der letztverstorbene Graf Leopold Gotthard Schaffgotsch wieder den Besitz des Propsteibades nebst dem dazu gehörigen Theil Warmbrunns durch Kauf, und seit dieser Zeit erweitern sich fortwährend die Anstalten zum Gedeihen des Kurorts. So wurde 1818 vom letztgenannten Grafen Schaffgotsch ein Hospitium für arme, hülfsbedürftige

Kranke errichtet, 1824 ein drittes Bad, anstoßend an das Propsteibad, und ebenso eine besondere Anstalt zu Vorbereitungsbädern und ein Leichenhaus erbaut.

Besondere Badeärzte, Badeinspektoren, Bademeister waren in frühesten Zeiten in Warmbrunn nicht angestellt. Hochgestellte Personen, welche nach Warmbrunn kamen, pflegten ihre Aerzte mitzubringen; es geschah jedoch auch, daß ein Arzt aus Hirschberg während der Badezeit nach Warmbrunn kam. Als 1524 die Gemeinden in Warmbrunn, in dem an dasselbe anstoßenden Herischdorf und in Hirschberg sich zu der immermehr verbreitenden Lutherischen Lehre bekannten, wurde von da ab bis zum Jahre 1654 dem jedesmaligen evangelischen Pfarrherrn zu Hirschberg die Inspektion des Bades und die Anordnung der Badestunden anvertraut; er hieß deshalb Pastor Thermansis. 1654 wurden die evangelischen Geistlichen vertrieben, die Beaufsichtigung der Bäder ihnen genommen und angestellten Bademeistern übertragen. Der Schulmeister des Orts hatte das Geschäft, die Badegäste einzuschreiben und Buch über sie zu führen.

Zu welcher Berühmtheit die Warmbrunner Bäder in uns schon fern liegenden Zeiten gelangt waren, beweisen die von Dr. Zindel, damaligem Badearzte in Warmbrunn, in seiner 1656 erschienenen Schrift „über die Hirschbergschen warmen Bäder" uns überlieferten Nachrichten, aus welchen hervorgeht, daß aus den entferntesten Ländern Kranke an den Heilquellen Warmbrunns Hülfe suchten. Diesen Nachrichten zufolge kam im Jahre 1652 ein vornehmer Mann aus Irland, Jeremias O'Donnemann, nach Warmbrunn, um daselbst die Bäder zu gebrauchen. Im Jahre 1653 benutzte ein in Italien stationirt gewesener Feldhauptmann, Martin Ebert, diese Heilquellen; der Ruf ihrer wohlthätigen Wirkung war bis dorthin gedrungen. Die vollständige Wiederherstellung dieses Kranken rechtfertigte dessen Vertrauen. Eben so deutlich für den alten Ruhm Warmbrunns sprechen andere urkundliche Ueberlieferungen, aus denen hervorgeht, daß die warmen Bäder dieses Ortes schon früh von Russen, Polen, Liefländern, Preußen, Pommern, Böhmen, Sachsen, Märkern und häufig auch von gefürsteten Familien, dem hohen Adel und andern vornehmen Personen fremder Länder besucht waren. So brauchte unter Anderen, wie oben bereits erwähnt, im Jahre 1569 der Herzog Hansen zu Cüstrin in Warmbrunn die Kur. 1687 besuchte die Königin von Polen, Gemahlin König Johann III., mit einem Gefolge von

beinahe tausend Personen Warmbrunn, um daselbst zu baden. Im Jahre 1698 wurde ein Kardinal aus Polen nach Warmbrunn zum Gebrauch der warmen Bäder geschickt. 1702 kam Prinz Jakob, Sohn des verstorbenen Königs von Polen, Johanns III., mit großem Gefolge nach Warmbrunn, um die dasigen Bäder in Anwendung zu ziehen, und wiederholte im folgenden Jahre zu gleichem Zwecke den Besuch.

Die beträchtliche Anzahl von Kranken aus den verschiedenen höhern Ständen, die überhaupt in den ältern Zeitepochen alljährlich in Warmbrunn sich einfanden, läßt ein Urtheil zu über die frühere Einfachheit der Sitten in den gebildeten Klassen der Gesellschaft und über die genügsamen Ansprüche, die man an die Orte, welche durch wirksame Heilquellen gesegnet waren, zu stellen pflegte; denn wie aus obiger geschichtlicher Darstellung erhellt, waren damals die Bäder eben so schlecht und unwirthlich, als unzweckmäßig und unbequem in ihren Einrichtungen; in gleichem Verhältnisse kleinlich und ärmlich ausgestattet waren, wie später gezeigt werden wird, die Wohnungen in den zur Aufnahme der Badegäste bestimmten Häusern; den ersten Gasthof bildete ein gewöhnlicher Dorfkretscham, für Lokale zum geselligen Verkehr und Vergnügen der Badegäste war keine Sorge getragen und eben so wenig waren Spaziergänge zur Erholung der Kurgäste in den näheren Umgebungen der Bäder angelegt. Genesung schien der alleinige Zweck aller derer, die ehemals nach Warmbrunn kamen. Erst in einer nicht längst verflossenen Zeit hat die verfeinerte Gesittung, die in der Regel mit gesteigertem Luxus eng verbunden ist, die Nothwendigkeit sichtbar herausgestellt, wie an andern Kurorten, so auch in Warmbrunn den früheren, nunmehr aber nur zu fühlbaren Mängeln nach allen Richtungen in zeitentsprechender Weise und nach Möglichkeit Abhülfe zu thun. Möge aber bei den unablässig fortgesetzten Bestrebungen, die Anstalten Warmbrunns zu verbessern und zu erweitern und den Aufenthalt an diesem Kurorte zu verschönen und zu verherrlichen, möge, sage ich, Allen, welche künftighin zur Wiedererlangung gestörter Gesundheit sich unsern segensreichen Heilquellen nahen, wie dies von unsern Vorvordern geschehen, Genesung gleichfalls der Hauptzweck bleiben.

Der Kurort Warmbrunn, seine Geschichte, inneren Verhältnisse und seine der Geselligkeit und dem Vergnügen der Badegäste gewidmeten Anstalten.

Das Gefilde, auf dem jetzt der freundliche Kurort Warmbrunn steht, war noch gegen das Ende des zwölften Jahrhunderts, gleich der übrigen Umgegend, eine überaus wilde, rauhe, von undurchdringlichem Urwald bedeckte Landschaft. Nur wilde Thiere in Menge lockten zuweilen verwegene Jäger in diese schauerliche Waldgegend; von Andern war dieselbe bis dahin kaum betreten. Eine Jagd, im Jahre 1175 vom Herzog Boleslaus I. mit seinen Jägern unternommen, trug mit zur Gründung Warmbrunns bei. Beim kühnen Verfolg des Wildes entdeckten der Zeit, wie oben bereits erwähnt, diese Jäger die beiden warmen Quellen, welche noch bis zum heutigen Tage im Gebrauch stehen. Der genannte Herzog veranlaßte bald darauf ihre genauere Untersuchung, die zur richtigen Voraussetzung führte, daß ihnen wahrscheinlich heilkräftige Wirkungen inne wohnen. Auf diese Voraussetzung hin wurde die dichte Waldung in der Nähe der warmen Quellen gelichtet und mit dem Anbau daselbst begonnen. Mit Recht könnte daher 1175 als das Jahr der Gründung und Herzog Boleslaus I. als der Gründer Warmbrunns genannt werden. Es ist sehr wahrscheinlich, daß die neue Ansiedlung einen raschen Aufschwung genommen; denn im Jahre 1180 befanden sich schon, wie oben berichtet, fremde Kranke daselbst, um die Heilquellen zu gebrauchen. Im Jahre 1200 zählte dieser junge Pflanzort bereits eine verhältnißmäßig nicht unansehnliche Anzahl wenn auch nur ärmlicher, kleiner, hüttenartiger Häuser, die von der Zeit ab sich nur allmälich zu vermehren schienen. Einer Urkunde vom Jahre 1288 zufolge hatte der Herzog Bernhard von Schlesien gedachten Ort nebst Zubehör im Jahre 1281 den Brüdern des St. Johanneshospitals zu Jerusalem geschenkt, so daß demnach die Johanniter-Ritter zu den frühesten Besitzern Warmbrunns gehört haben. Die vom Herzog Boleslaus V. im Jahre 1292 unternommene Erbauung der Burg Kynast hatte unstreitig auf die größere Bevölkerung der Gegend überhaupt, wie auf die Warmbrunns insbesondere einen günstigen Einfluß ausgeübt; denn abgesehen von der Besatzung, welche die Burg nach vollendetem Baue erhielt,

scheint auch ein großer Theil der bei dem Burgbau beschäftigt gewesenen Werkleute sich in dem dortigen Theile des Thales und ganz besonders in Warmbrunn selbst angesiedelt zu haben. Es war natürlich, daß diese bereits ansehnlichen Niederlassungen und die nach und nach immer mehr in Ruf gekommenen warmen Quellen einen immer größern Zuzug von Menschen, die sich daselbst anbauten, zur Folge haben mußten. Wo aber auch immer Menschen zur Gründung neuer Wohnsitze sich zusammenfinden, da auch erwacht unausbleibbar alsbald der dem Menschen innewohnende Trieb zum geselligen Verbande und Verkehr, und wo diese einmal angefangen, sich Geltung zu verschaffen, da findet sich ohne Zögern sogleich auch die treue Pflegerin der Menschheit, die Kultur und ihre edle Schwester, die Gesittung, ein. Warmbrunn gewann seitdem allmälich das Ansehen eines freundlichen, anspruchslosen, ländlichen Ortes; immer umfangsreicher schwand nach und nach der düstere Wald im Thale und machte lachenden Saatfeldern, üppigen Wiesen und blühenden Gärten Platz. Im Jahre 1377 erhält Gottsche Schoff, Burggraf von Kemnitz, vom Kaiser Karl IV., dessen Waffenträger er war, die Herrschaft Kynast und Schloß Greifenstein als Eigenthum auf ewige Zeiten für frühere Verdienste und bewiesene ritterliche Tapferkeit in der Schlacht bei Erfurt. Es ist zweifelhaft, ob schon um diese Zeit auch Warmbrunn im Besitze des genannten Ahnherrn des reichsgräflich Schaffgotsch'schen Hauses gewesen; denn damals gehörte Warmbrunn zur Herrschaft Schmiedeberg, welche der Zeit nur zum Theil Besitzthum desselben war; vielmehr ist es wahrscheinlich, daß Warmbrunn im Jahre 1401 durch Kauf mit der Herrschaft Kynast vereinigt worden. Urkundlich erwiesen ist nur, daß 1403 die Hälfte Warmbrunns und nach obigem Verfolg auch das kleine Bad von dem genannten Ritter Gotsche Schoff dem Stifte Grüssau als frommes Vermächtniß überwiesen worden ist. In dasselbe Jahr fällt auch die Stiftung der Propstei, von welcher Zeit ab das kleine Bad das propsteiliche benannt wird. Die andere Hälfte Warmbrunns hingegen und das große Bad verblieben dem Grundherrn, weshalb auch später das große Bad das gräfliche geheißen wurde. Der Uebergang eines Theils von Warmbrunn an die grüssauer geistliche Brüdergemeinschaft scheint ein günstiger Wendepunkt für die größere Entwickelung der innern und äußern Verhältnisse dieses Orts gewesen zu sein. Nicht nur vermehrte sich daselbst von dieser Epoche ab die Zahl zum Theil nun besser und auch mehr zweckmäßig, mehr wohnlich erbauter und eingerich-

teter Häuser und nahm die Menge der Einwohner beträchtlich zu, sondern auch der Ruf des Ortes begann sich mehr zu heben und führte mehr Fremde herbei, seitdem man von der Propstei aus angefangen hatte, den Badeanstalten mehr Sorgfalt zuzuwenden und ihre Einrichtungen zu verbessern. Im Jahre 1418 wurde in Warmbrunn das erste öffentliche Wirthshaus an der Stelle, wo jetzt der Gasthof zum schwarzen Adler steht, erbaut. Dasselbe war nur ein Kretscham, in welchem jedoch der Fremde eine freundliche, aber nur den mäßigsten Wünschen entsprechende Aufnahme fand. Schlechter noch bestellt war es mit dem Unterhalt, den die Fremden in diesem Wirthshause beanspruchten; denn wie erzählt wird, mußten dieselben Lebensmittel entweder von Hirschberg mitbringen oder von dort kommen lassen. Im Jahre 1426 wurde Warmbrunn zwar von den Hussiten bei Gelegenheit ihres vergeblichen Angriffs auf die Burgen Kynast und Falkenstein arg heimgesucht; allein es erwuchs ihm andererseits dadurch wieder Vortheil, daß es in diesem Kriege, der mit all seinen Schrecken bis zum Jahre 1436 fortdauerte, deshalb mehr bevölkert wurde, daß viele Menschen aus dem platten Lande ins Gebirge flüchteten und daselbst verblieben. Im Jahre 1537 ließ Michael III., Abt zu Grüssau, das lange Haus, wie man es jetzt nennt, zur Aufnahme von Badegästen einrichten. Dasselbe war vormals das steinerne Haus des Hans Ulrich Schaffgotsch und eignete sich vermöge seiner vielen und geräumigen Zimmer ganz besonders zu eben gedachtem Zwecke. Angenehm war es für die daselbst wohnenden Badegäste, daß sie durch einen verdeckten Gang vom Hause aus in das Propsteibad gelangen konnten. Im Jahre 1567 scheint zum ersten Male ein Arzt aus Hirschberg, Dr. Johann Knoblauch, während der Badezeit in Warmbrunn gewesen zu sein; wenigstens wird bis dahin keines Andern Erwähnung gethan. Diese Thatsache rechtfertigt den Schluß, daß um diese Zeit der gedachte Kurort schon zu einem gewissen Flor gelangt gewesen sein mußte. Dies erhält auch noch dadurch gewissermaßen eine Bestätigung, daß von da ab eigentlich erst vornehme und reiche Fremde aus allen Ländern alljährlich nach Warmbrunn kamen. Letzterer Umstand legte auch schon 1576 die Nothwendigkeit auf, das Propsteibad in oben gedachter Weise zu verändern und zweckmäßiger zu erweitern. Im Jahre 1601 wurde Dr. Caspar Schwenckfeld, Stadtphysikus in Hirschberg, Bade-Arzt in Warmbrunn. Er war einer der berühmtesten und gelehrtesten Aerzte seiner Zeit.

Sein großer Ruf und besonders seine im Jahre 1606 im Druck erschienene, damals vielgelesene Schrift über die der Zeit so genannten hirschbergischen warmen Bäder haben einen großen Rückeinfluß auf den Ruf Warmbrunns ausgeübt und unzweifelhaft zu seiner ferneren Hebung beigetragen. Zum Beweise dafür mögen die, den ältern Chroniken entnommenen Mittheilungen dienen, denen zufolge mehre nahmhaft gemachte wohlhabendere Leute sich 1617 veranlaßt gefunden haben, schöne große und geräumige steinerne Häuser erbauen zu lassen, lediglich zu dem Zwecke, Badegäste darin aufzunehmen. Ein mächtiger Hebel für die nunmehr immer erheblichere Erweiterung dieses Kurorts und für das kräftigere Gedeihen seiner innern Zustände nach allen Richtungen hin war der Umstand, daß, wie oben vermerkt, vom Jahre 1627 ab auch das große Bad, in Folge seines gänzlichen bedeutsamen Umbaues und der gleichzeitig getroffenen bequemeren Einrichtungen, von den Vornehmern und Wohlhabendern zum Baden benutzt wurde. Von gleichem Gewicht für das Emporblühen Warmbrunns waren die umfangsreichen baulichen Veränderungen, welche das Propsteibad um das Jahr 1692 erfahren hatte, wobei gleichfalls und hauptsächlich auf geräumigere und gemächlichere Einrichtung im Innern Rücksicht genommen wurde. Im Jahre 1696 war schon eine Apotheke in Warmbrunn. Um diese Zeit scheint daselbst auch ein Industriezweig, der in beständig steigender Vervollkommnung bis zum heutigen Tage im ganzen Thalgebiete den ersten Rang einnimmt, zu einer Bedeutung und einem ergiebigen Gewerbe gelangt zu sein, nämlich die Glasschneidekunst. Im Jahre 1697 gab es schon Glasschneider in Warmbrunn, die ihre Waaren in ganz Schlesien versandten. 1703 bestand bereits eine Glasschneiderinnung daselbst, mit dem Vorrechte, daß nur die zu derselben gehörenden und im Orte wohnenden Glasschneider öffentlich Glashandel treiben durften. Von nicht geringer Erheblichkeit für den Kurort war eben so die im Jahre 1717 im großen Bade unternommene Vergrößerung und die Temperatur des Wassers sichernde innere Einfassung des Bassins so wie die neu getroffenen Vorrichtungen in den Baderäumen, die zum Zwecke hatten, den Kurgästen das Baden annehmlicher und in seinen Erfolgen gesicherter als bisher zu machen. Denn es kann nachgewiesen werden, daß, je mehr nach damaliger, immer noch unvollkommener Weise die Badeanstalten in Warmbrunn sich erweiterten und verbesserten, die Zahl der alljährlich daselbst sich einfindenden Fremden desto größer wurde, desto größer aber

auch die Zahl neu erstehender besserer Häuser, so wie der Ortseinwohner und desto blühender deren Wohlstand. So z. B. berichtet Lucä schon im Jahre 1689 in seinen schlesischen Denkwürdigkeiten über Warmbrunn unter Anderem wie folgt: Außer dem Schloß, das nicht selten hohen Standespersonen eingeräumt wird, sind auch noch andere räumliche und bequeme Wohnungen für vornehme Badegäste in dem Flecken mit schönen, lustigen Zimmern. Ebenmäßig können die Fremden allerhand Schnabelweide, Schleckereien und andere Victualien ziemlich wohlfeil hier kaufen; so trifft man auch in dem Flecken allerhand Künstler, welche entweder in Schnitzwerk oder in Drechselei excelliren und denen Fremden mit mancherlei Raritäten dienen. — 1753 ist für Warmbrunn und die ganze Umgegend als ein Gedenkjahr nicht zu vergessen. Ein neuer Erwerbszweig beginnt mit diesem Jahre im Thale in seinen ersten Anfängen, der gar bald daselbst eine Quelle der Wohlhabenheit, ja des Reichthums für viele Bewohner desselben ward, die Garnspinnerei und Leinenweberei nämlich. In gedachtem Jahre wurde hier das Spinnrad bekannt, das in kurzer Zeit die allgemeinste Verbreitung fand. Der siebenjährige Krieg, welcher 1756 begann, lastete schwer auf Warmbrunn. Gleich zu Anfange desselben, und später zu wiederholten Malen, wurde dieser Ort bald von preußischen, bald von kaiserlichen Truppen in aller Art gebrandschatzt und hierdurch so wie durch schwere Kriegskontributionen fast ausgesogen. Im Jahre 1760 stieg daselbst das Elend zu solchem Grade, daß mehrere Einwohner ihre Häuser verlassen mußten und leer stehen ließen, weil sie durchaus von Allem entblößt waren. Die Gewerbe im Orte, besonders die eben bereits genannten beiden, welche sich schon zu einer gewissen Höhe der Vollkommenheit emporgeschwungen hatten, geriethen in Stockung; von Badegästen kamen in dieser Zeit nur sehr wenige nach Warmbrunn, und dies mochte ein Grund sein, daß die Badeanstalten vernachläßigt wurden, ein Umstand, welcher den Kurort noch mehr zum Sinken brachte und ihn für lange Jahre nicht wieder aufkommen ließ. So stand es noch um Warmbrunn, als das 18. Jahrhundert sich seinem Ende zuneigte. Warmbrunn schien in Vergessenheit gerathen zu sein.

Mit dem Beginn des neuen Jahrhunderts beginnt aber auch ein neuer Abschnitt der Geschichte Warmbrunns. Die durchgreifende Umgestaltung seiner Badeanstalten, ihre Ausdehnung nach vielen Seiten hin, welche um diese Zeit, wie oben dargethan worden, ihren Anfang nahmen und wobei man, dem neuen Zeitgeiste nach Kräften huldigend,

nicht mehr vergaß, der Bequemlichkeit und Behaglichkeit ihr Recht einzuräumen, waren vollkommen genügend, dem Genius des Ruhms der altehrwürdigen Heilquellen den Gebrauch seiner nur gefesselt gewesenen Flügel, mit kräftigem Schwunge begabt, wieder zu geben. Bald auch änderten sich in günstiger Weise die Verhältnisse Warmbrunns. Während man daselbst noch im Jahre 1781 100, 1790 96, 1795 195 und 1796 303 fremde Familien zur Badezeit gezählt hatte, war schon im Jahre 1803 deren Zahl bis auf 1018 gestiegen und in der folgenden Zeit in beständiger Zunahme geblieben. Nunmehr blühte Warmbrunn als Kurort von neuem wieder auf, der Gewerbefleiß wurde durch größeren Absatz der Erzeugnisse bei den vielen Fremden gehoben und der frühere Wohlstand kehrte zurück. Ermuthigt durch die günstige Umgestaltung der Zustände, unternahmen die Einwohner mit frischer Kraft unablässig ansehnliche Neubauten in beträchtlicher Anzahl; die Häuser wurden meist von massivem Mauerwerk und in gefälliger Form aufgeführt und bei deren innern Einrichtung größten Theils nicht verabsäumt, den Zeitansprüchen gerecht zu werden. In die erste Periode dieser Verjüngungsepoche Warmbrunns fallen auch der großartige Schloßbau, die Anlagen des Parks und der Promenaden-Allee und die Ausführung des gefaßten Planes, der Geselligkeit einen würdigen Tempel zu errichten. Ununterbrochen bis auf die neueste Zeit ist seitdem das Fortschreiten auf dem Wege der Verbesserungen und Verschönerungen in Warmbrunn unverkennbar.

Gegenwärtig ist Warmbrunn eine schöne, zweckmäßig gebaute, reinliche, mit geräumigen, größtentheils massiven und auf Aufnahme von Badegästen berechneten, daher meistens gut eingerichteten Häusern versehene offene kleine Stadt von mehr als 3000 Einwohnern. Seine Kirchen, deren es zwei giebt, eine katholische und eine evangelische, sind in gutem Baustyle aufgeführt und im Innern mit reichen Verzierungen geschmückt. In ersterer befindet sich ein gutes Altarbild von Willmann, auch sind daselbst außerdem noch mehrere gute Gemälde von den schlesischen Künstlern Hoffmann und Herrmann. Die vielen Blumen- und Obstgärten, welche die meisten Häuser der kleinen Stadt zieren, bewahren ihr immer noch ein ländliches, freundliches, dem Auge wohlthuendes Ansehen. Fast mitten durch den Ort fließt im Westen und Norden der Zackenstrom, im Osten das vom Süden herströmende Giersdorfer Wasser.

Die Einwohner Warmbrunns treiben Handel und Gewerbe aller Art; einen Theil derselben beschäftigt auch vorzugsweise der Ackerbau. Es fehlt dem Orte nicht an Kaufleuten verschiedener Gattung, deren umfangreiches Geschäft die Fremden Befriedigung finden läßt der meisten Bedürfnisse, wie solche sich bei denen, die in größeren Städten wohnen, herauszustellen pflegen. Einer besondern Erwähnung verdient hierbei der Geschäftsbetrieb mit hierorts und Umgegend angefertigter Leinewand und aus Leinen kunstvoll gewebten Tischzeugen aller Art, die durch ihre Güte und Dauerhaftigkeit bekanntlich einen hohen Rang einnehmen. Auf einer besonders hohen Stufe steht daselbst die Glasschleiferei und die Glas-, Stein- und Wappenschneidekunst. Die reich ausgestatteten Glaslager Warmbrunns, in welchen die Auswahl kunst- und geschmackvoll geschliffener und geschnittener Glaswaaren jeder Gattung wegen der großen Mannigfaltigkeit schwer wird, sind allgemein rühmlichst bekannt. Die mit künstlerischer Virtuosität von den Steinschneidern hierselbst ausgeführten Wappen machen, man kann dies dreist sagen, den Gang durch die Welt. Auch die Edelstein-Schleiferei ist im Orte zu einer großen Vollkommenheit gediehen und findet der Fremde bei Bergmann ein großes Lager von geschliffenem Carneol, Topas, Chalcedon, Amethyst, Jaspit, Agath, Opal, Granat, Chrysopras u. s. w., die zum Theil als Bijouterien verarbeitet vorliegen. Aber auch die Wappenschneider halten geschliffene Edelsteine zum Verkauf. Unter den Handwerkern, deren es, gleich wie in größern Städten, aller Gattung hier giebt, sind die Schuhmacher hervorzuheben, deren Arbeit als preiswürdig und dauerhaft mit Recht gerühmt wird. Unter ihnen giebt es einige, die mit den genannten guten Eigenschaften des Gefertigten zugleich Eleganz desselben verbinden. Eben so fehlt es unter den Schneidern nicht an Meistern, deren Arbeit denen großer Städte keineswegs nachsteht.

Zu den Gebäuden Warmbrunns, die namhaft gemacht zu werden verdienen, gehört vor allem andern

das Schloß.

Es ist dasselbe eine der größten Zierden des Kurorts und durch den Grafen Johann Nepomuk Gotthard Schaffgotsch im Jahre 1799 begonnen und 1800 vollendet worden. Dieser im Innern eben so kostbar als geschmackvoll eingerichtete und auf der Südseite von einem

herrlichen Park begrenzte Palast bildet den Sitz des jedesmaligen Hauptes des alten reichsgräflichen Hauses der Schaffgotsche. Der Platz vor dem Schlosse wird der Schloßplatz genannt.

Die dem Vergnügen und dem geselligen Vereine der Badegäste gewidmeten Locale sind:

I. die Gallerie;

ein edles, säulengetragenes Gebäude, dessen Erbauung mit der des Schlosses gleichzeitig begonnen und gleichzeitig beendet wurde. In den schönen, geräumigen, hohen Sälen der Gallerie finden die Assembléen, Dinée's, Thee's, Bälle, Konzerte und alltäglich Table d'hôte statt. Anstoßende Zimmer sind theils zum Billard- und Karten-Spiel, andere als Wein- und Frühstückszimmer eingerichtet. Abends wird nach der Karte gespeist. Von einer Veranda aus, auf welche man vom Tanzsaale gelangt, bietet sich eine herrliche Aussicht auf das Riesengebirge dar.

II. Der neue Kursaal.

Derselbe wurde vor einigen Jahren an der Stelle, auf welcher früher die sogenannte Waffelbude stand, erbaut. Das stattliche Gebäude wird nach vorn von einer Halle begränzt, von der aus man in den großen, geschmackvoll dekorirten Gesellschafts-Saal, in welchem allwöchentlich einige Concerte, zuweilen auch Bälle stattfinden, gelangt. Ein Billard-Zimmer begränzt den Saal in gerader Richtung; seitwärts steht derselbe mit Spielzimmern in Verbindung. Eine vortreffliche Konditorei, in welcher man zugleich nicht nur Kaffee, sondern auch Erfrischungen aller Art erhält, ist ein Vorzug dieses Etablissements.

III. Der Schönfeldsche Gesellschafts-Garten.

Derselbe ist geschmackvoll angelegt, bietet durch Lauben und Sommerhäuser hinlänglichen Schutz vor Sonnenhitze und enthält einen schönen, geräumigen, elegant und zierlich geschmückten Saal, an den Zimmer zum Billard- und Karten-Spiel gränzen, so wie auch eine überaus schöne, massiv gebaute Kegelbahn. Auch hier versammelt sich die Gesellschaft zu Matinée's, die daselbst vorzugsweise beliebt sind, zu Dinée's, Konzerten und Bällen. In diesem Garten sind auch gut eingerichtete kalte Bäder mit Regen- und Falldouchen.

IV. Das Schauspielhaus.

Der jetzige freie Standesherr, Graf Leopold Schaffgotsch, ließ im Jahre 1836 den Musen Melpomene und Thalia diesen würdigen Tempel erbauen. Er bildet einen Schmuck, wie ihn selten ein Kurort besitzt. Während der Bade-Saison spielt in demselben eine der besten Schauspielergesellschaften.

Einen reichen Schatz geistiger Genüsse, wie ihn ebenfalls kaum irgend ein Kurort zu bieten im Stande ist, birgt Warmbrunn. Dieser Schatz ist

die Bibliothek.

Diese Bibliothek, welche ehemals in Hermsdorf war, ist gegenwärtig in schönen, besonders dazu eingerichteten Sälen der ehemaligen Propstei, nach Wissenschaften geordnet, aufgestellt, ist mehr als 40,000 Bände stark, umfaßt die verschiedensten Zweige des menschlichen Wissens, enthält sehr kostbare und seltene Werke, besonders aus älterer Zeit, und entbehrt auch nicht einer Sammlung schätzbarer Handschriften. Eine schöne Zugabe bildet eine nicht unbeträchtliche Kupferstichsammlung vorzüglich alter Meister. Ein eigens eingerichtetes Lesezimmer gestattet es den Fremden, sich hier nach Belieben geistig zu beschäftigen; auch wird denselben unter Ausstellung eines Reverses gestattet, auf bestimmte Zeit Bücher mit nach Hause zu nehmen. Der angestellte Bibliothekar, ein Mann der Wissenschaft, ist mit seltener Gefälligkeit und Zuvorkommenheit beflissen, die die Bibliothek Besuchenden auf deren wissenschaftliche Kostbarkeiten und Seltenheiten aufmerksam zu machen, und ist in den Amtsstunden jederzeit bereitwillig, ihren Wünschen zu genügen. In dieser Bibliothek befindet sich auch ein denkwürdiges, höchst wichtiges geschichtliches Schriftstück; nämlich der von Historikern vielfach besprochene, von sämmtlichen Generalen Wallensteins eigenhändig unterzeichnete und fast unzweifelhaft allein echte Revers, der unzweideutig die Unschuld des unglücklichen Hans Ullrich Schaffgotsch bekundet. Mit der Bibliothek vereinigt sind in besonderen Sälen

die Museen und die Waffensammlung.

Das mineralogische Museum ist nach dem Glocker'schen System geordnet und enthält vorzugsweise die schlesischen Mineralien in seltener Vollkommenheit und in den schönsten Exemplaren.

Ein zweites Museum enthält eine ziemlich reichhaltige, größtentheils geordnete Schmetterling-, Käfer-, Eier- und Muschel-Sammlung, einige ausgestopfte seltenere Thiere und Vögel, einige Kunstwerke in Alabaster und Marmor und manche andere Seltenheiten.

Die Waffensammlung ist in einem eigens dazu errichteten schönen Saale geschmackvoll aufgestellt und enthält eben so seltene als kostbare Waffen aller Art.

Die Bibliothek, die Museen und der Waffensaal sind während der Bade-Saison alltäglich von 9—12 Uhr Vormittags und von 2—5 Uhr Nachmittags unentgeltlich den Fremden geöffnet.

Diese wichtige Bereicherung verdankt Warmbrunn wiederum seinem edlen, für alles Gute und Schöne begeisterten jetzigen Besitzer.

Die Gasthöfe

in Warmbrunn sind wohl eingerichtet und erfreuen sich mit vollem Rechte eines guten Rufes; die Hausordnung und innere Ausstattung derselben ist jedoch verschieden und entspricht zweckmäßig den verschiedenen Ansprüchen der Fremden. Die Gasthöfe höheren Ranges sind der schwarze Adler und das Hôtel de Prusse. In beiden findet um ein Uhr Mittags Table d'hôte zum Preise von 10 Sgr., wie solcher auch in der Gallerie festgesetzt ist, statt; in beiden sind Frühstücks-, Billard- und sonstige Spielzimmer eingerichtet und wird Abends nach der Karte gespeist. Die Preise der Fremdenzimmer sind nach einer in jedem derselben befindlichen polizeilichen Taxe festgestellt.

Das lange Haus ist Gasthof und Logiehaus für Kurgäste zugleich, enthält eine ansehnliche Zahl geräumiger, sehr gesunder und gut eingerichteter Zimmer und bietet den Vortheil dar, daß es den Bädern ganz nahe gelegen ist. Auch hier ist um ein Uhr Table d'hôte zum Preise von 7½ Sgr. und wird Abends nach der Karte gespeist; auch hier befindet sich ein Billard- und Frühstückszimmer.

Die preußische Krone ist gleichfalls Gasthof und Logiehaus für Kurgäste und hat einen großen schönen Saal.

Der russische Kaiser, die Wilhelmshöhe und die Stadt Liegnitz sind ebenfalls als Gast- und Logiehäuser und mit allem Nöthigen gut eingerichtet. Daselbst wird Mittags und Abends nach der Karte gespeist, und sie enthalten sämmtlich Billardzimmer.

Die Gasthöfe zum Breslauer Hof, schwarzen Roß und

zur Stadt London, letzterer mit einem schönen Garten und einer schönen Kegelbahn, bieten denjenigen, die billiger, aber darum nicht mangelhaft speisen und wohnen wollen, eine erwünschte Gelegenheit dar.

In allen letztgenannten Gasthäusern befinden sich auch Wohnungen zur Aufnahme von Badegästen.

Die Apotheke

in Warmbrunn, die einzige des Orts, ist schon von alten Zeiten her in bestem Rufe gewesen und hat denselben bis auf die neueste Zeit zu bewahren gewußt. Weit und breit berühmt sind die in dieser Offizin gefertigten Pfeffermünzküchelchen.

Das Bade-Polizei- und Bade-Administrations-Bureau

befindet sich mitten im Orte auf dem Schloßplatze. In getrennten, doch aneinander anstoßenden Lokalen halten täglich von 8—12 Uhr Vormittags und von 2—6 Uhr Nachmittags der Königliche Bade-Polizeidirektor und der reichsgräfliche Bade-Inspektor ihre Amtsstunden.

Die Post

ist gleichfalls auf dem Schloßplatze gelegen. Sie besteht erst seit wenigen Jahren und gewährt nunmehr dem Verkehr früher sehr fühlbar vermißte Vortheile dar. Sie kommt täglich zweimal, früh und Nachmittags, zu bestimmten Stunden von Hirschberg, verweilt hier kurze Zeit und geht alsdann nach Hermsdorf und von da über Warmbrunn nach Hirschberg zurück. In letztgenanntem Orte schließt sie sich an die von und nach allen Richtungen ankommenden und abgehenden Posten an.

Die Lage Warmbrunns.

In einem der herrlichsten, anmuthigsten Thäler Deutschlands, am Fuße des Riesengebirges, des höchsten Rückens im nordwestlichen Flügel der Sudetenkette, liegt das offene, fast flach erscheinende Städtchen Warmbrunn, welches die altberühmten, vielbewährten Schwefelquellen in sich schließt, unter 50° 51′ nördlicher Breite, 33° 21′ östlicher Länge von Ferro, und 1083—1164 Fuß über der Ostsee.

Das anmutsvolle, paradiesisch schöne, von hohen, waldumkrönten Bergen ringsum begrenzte Thal, in welchem Warmbrunn gelegen ist, das Hirschberger Thal genannt, steigt nordwestlich von Warmbrunn in einer Entfernung von einer Stunde ziemlich rasch bis zur Erhebung von 1598 Fuß (Kummerhort) und 1695 F. (Buchberg) und westlich in fast gleicher Entfernung über Kaiserswaldau 1334 F. bis zu 2021 F. (Biberstein), wird im Süden flach, beginnt jedoch in einer Entfernung von einer Meile in dieser Richtung 1184 F. (Seidorf) sich zu erheben, senkt sich gegen die Lomnitz zu, deren Flußbett 1333 F. hoch liegt, bleibt fast eben bis Schmiedeberg 1399 F., erhebt sich von Buchwald 1334 F. nördlich am höchsten zu den Falkensteinen 2021 F. bei Fischbach 1186 F. und dehnt sich von Osten nach Süden vier, von Süden nach Osten drei Meilen aus. Sein Gesammtflächenraum beträgt mehr denn zehn Meilen. Das weite Thalgebiet wird im Süden vom höchsten Gebirgszuge des nördlichen Deutschland, dem Riesengebirge, begrenzt, dessen durchschnittliche Höhe 4000 F. beträgt und dessen höchsten Punkte 4700—4965 F. über der Ostsee sich erheben. Von dem gewaltigen, am höchsten emporgehobenen und oftmals schluchtig eingeschnittenen Bergrücken, welcher den Hauptstamm dieses mit Kuppen versehenen Hochgebirges bildet, zweigt sich im Westen ein niederer Gebirgszug ab, der sich in nordwestlicher Richtung gegen die Stadt Hirschberg und den Bober hinstreckt, sich jenseit des Stromes mit einer andern niedern Gebirgskette, die im Norden das Thal umfaßt, vereinigt und in südöstlicher Richtung, ziemlich parallel dem Hochgebirge, mit einer Erhebung von 2240 F. endet, welche, steil in das Boberthal sich herabsenkend, eine gewaltige Kluft bildet, wodurch der letztbezeichnete Gebirgszug von derjenigen rasch sich emporhebenden Bergkette getrennt wird, die im Osten das Thal in einen Halbkreis einschließt und sich mit dem Riesengebirge vereint. Im südwestlichen Winkel dieses weitgedehnten Thalgefildes wird durch den Zackenstrom und eine niedere Hügelreihe das Warmbrunner Thal als ein Nebenthal abgeschnitten. Dieses Thal gleicht einem großen, herrlichen Garten, den die schöpferische Natur mit besonderer Vorliebe angelegt zu haben scheint. Bald ruht das Auge auf grünen, mit Blumen gleichsam durchwirkten, weit sich hinziehenden üppigen Wiesenfluren, die von großen Teichen, Seen gleich, unterbrochen sind, auf deren klarem Wasserspiegel das azurne Himmelszelt sich abmalt; bald bieten sich dem Blick hügelartige Erhebungen, die in malerischer Abwechselung hier mit den bunten Farben des Laubholzes, dort mit dem schönen

Grün eines Nadelgebüsches oder auch mit dem Gold der Reifsaat geschmückt sind; bald wird der Sinn von Felsen gefesselt, die ihr zerklüftetes, nacktes Haupt aus Büschen und Wäldchen emporragen. Und nun der riesige Bergsaum, der, in dunkles Blau gehüllt, diesen Garten südlich begrenzt! Im westlichen Ende dieser anmuthigen Landschaft durchzieht der Zackenstrom die Fluren und eilt raschen Laufes nach dem Bober, in den er sich nordwestlich bei Hirschberg ergießt.

Bodenbeschaffenheit und Vegetation.

Die feste Grundmasse des engern Gebiets, in dem Warmbrunn gelegen, entspricht in südlicher Richtung, was ihre Formation betrifft, der Grundmasse des Riesengebirges, von dem das ganze große Thal in Süden eingeschlossen wird, und besteht demnach aus einem Felsengebilde, welches die Wissenschaft mit Recht für das älteste erklärt, ja gewissermaßen als die Grundlage aller übrigen betrachtet und Central-Granit nennt, weil das körnige Gestein von allen Seiten von schiefrigen Felsarten umlagert erscheint. Dieses Urfelsgestein im Bereich des Riesengebirges hat Granit (der außer seinen wesentlichen Bestandtheilen: Quarz, Glimmer und Feldspat keine fremden Gemengtheile enthält) und Glimmerschiefer als vorherrschende Felsarten; ihnen untergeordnet, oder wenigstens minder ausgebreitet sind Gneis, Urkalkstein, Quarzschiefer, Thonschiefer, Chloritschiefer, Kieselschiefer, Hornblendschiefer, Grünstein, Basalt und Porphyr. In der innigsten und vollkommensten Verbindung unter sich machen diese Felsarten ein zusammenhängendes, wenigstens durch keine bestimmte Grenze von einander geschiedenes Ganze aus. Im nördlichen Theile des Thales bilden Urschiefer, aus dem auch die im Norden das Thal einfassenden Berge bestehen, und nur hier und da Kalkstein dessen feste Grundlage, wogegen die Bergketten, die in Ost und West das Thal umziehen, aus Gneis-Granit und untergeordneten Lagern von Glimmerschiefer gebildet sind. Die felsige Unterlage des warmbrunner Gebiets so wie des ganzen übrigen Thales wird von Boden in einer Mächtigkeit von 10—15 Fuß bedeckt. Derselbe erscheint als eine mittelkörnige Erdmasse, die mit einer 1—2 Fuß starken Schicht fruchtbarer Dammerde überzogen ist. Fleckweise, und hauptsächlich gegen Süden hin, trifft man Torf- und Moorlager von erheblicher Ergiebigkeit. Diese Bo-

denbeschaffenheit, gehoben durch eine überall sichtbare gute, mit Emsigkeit bewerkstelligte Feldkultur, gewährt dem mehr als eine Meile betragenden warmbrunner Thalstrich eine große Fruchtbarkeit. Hier gedeihen in bester und üppigster Weise alle Getreidearten und sonstigen Feldfrüchte; dem Obst- und Gartenbau steht kein Hinderniß entgegen, und reich an saftigen, dicht und hoch aufgeschossenen Gräsern sind die herrlichen, grünen Weiden.

Die Pflanzen-Vegetation im warmbrunner Thalantheile bietet dem Pflanzenkundigen außer einigen ihm eigenen Pflanzen, als Poa bulbosa, Festuca Pseudomyurus, Rhynchospora alba, Carex cyperoides, Cirsium rigens, Limosella aquatica, Centunculus minimus, Fumaria capreolata und einigen Kryptogamen, keine allzugroße Mannigfaltigkeit dar. Das gesammte große (Hirschberger) Thal jedoch mit Einschluß des Hochgebirges zählt 850 phanerogamische Pflanzenarten und Kryptogamen, besonders Moose und Lebermoose in so großer Vielfältigkeit, wie kaum in einer andern Gebirgsgegend. Nicht minder zahlreich sind die verschiedenen Laubmoose und Flechten; Algen und Pilze aber giebt es verhältnißmäßig nur wenige. Nach Elsner, der das ganze bezeichnete Gebiet in drei Höhenregionen theilt, wird **die untere Region**, zu welcher das ganze Thalgebiet bis zu 1400′ Höhe gehört, botanisch charakterisirt durch Genista germanica, Orobus vernus, Solidago Virgaurea, Epilobium angustifolium, Campanula persicifolia und Gentiana campestris, wo aber Kalkboden eintritt, durch Gentiana obtusifolia var. pyramidalis. Charakteristisch für **die obere Region** bis zu 2400′ Höhe, wo zuerst Bartschia alpina, Cineraria sudedica und Habenaria albida vorkommen, sind Homogyne alpina, Lonicera nigra, Pyrola uniflora, Potentilla aurea, Cirsium heterophyllum, Crepis grandiflora, Hieraricum aurantiacum, Gentiana asclepiadea u. a. **Die subalpinische Region** wird durch Bartschia alpina und die Zwergkiefer, Pinus Pumilio, begränzt.

Das Gehölz, welches vielfach die niederen Hügel und Felsen im Thale umlagern und sich nicht selten zu Büschen und Wäldchen gestaltet, besteht aus Birken, Ahorn, Haseln, Weißdorn, Ebereschen, Faulbaum, Saal- und Moorweiden (Salix Caprea und uliginosa). Zu ihnen treten noch verschiedene Brombeersträucher, besonders Rubus plicatus und

Idaeus, auch Rosa canina und andere wilde Rosensträucher, unter welchen Heiden mit dem bunten Melampyrum nemorosum eingemischt wachsen, die dem Ganzen einen freundlichen Anblick verleihen. Auf dem Hochgebirge ist die Tanne (Abies excelsa) vorherrschend und bildet dichte, tiefe Wälder, die sich bis an dessen Fuß herabziehen. In der untern Region ist Pinus rotundata verbreitet, und auf den höchsten Höhen tritt das Knieholz auf. Eingemischt den Kiefer- und Tannenwäldern findet sich Abies pectinata De C. (Pinus picea L.), bildet aber auch, nach Elsner, vorzugsweise auf der dunkelsten Nordseite des Gebirges eigene Waldstrekken. Zu den Laubhölzern dieses Gebiets gehört vor allen andern ihrer allgemeinen Verbreitung wegen die Birke; die Erle, die Zitter- und Schwarzpappel stehen ihr zunächst. Die Steineiche bildet hier und da ansehnliche Hochwälder. Seltener ist das Vorkommen der Rothbuche, noch seltener findet sich die Weißbuche. Die Wiesen der niedern Bergregion bedecken einfache Wiesengräser, gelbe Ranunkeln und einige hohe Dolden, die der höhern Bergregion zeigen ein buntes Gemisch zahlreicher Pflanzen. Wer die Pflanzenvegetation des ganzen bezeichneten Gebiets in ihrem ganzen Umfange näher kennen lernen will, den verweisen wir auf Elsner's Flora von Hirschberg und dem angrenzenden Riesengebirge (Breslau bei Aderholz, 1837).

Das Klima Warmbrunns.

Das Klima Warmbrunns ist, in Erwägung, daß das Thal, dem der Ort angehört, von einem Gebirge begrenzt wird, welches hinsichtlich seiner mächtigen Erhebung den Alpen sich nähert, äußerst günstig zu nennen. Die weite Ausdehnung des Thales nach allen Richtungen hin, das Fehlen beträchtlicher schluchtiger Einschnitte, seine mäßige Seehöhe und dabei der gänzliche Mangel jeglicher, dem Einfallen und Auffangen der Sonnenstrahlen von Seiten der Erde sich entgegenstellender Hindernisse, sein außerordentlicher, bis hoch auf die Berge reichender Kulturzustand schützen es vor wirklicher Rauheit, die sonst solchen Alpengebirgsgegenden eigen zu sein pflegt.

Die Temperaturverhältnisse stellen sich daher recht günstig heraus. Die mittlere Jahrestemperatur (aus dem Mittel der Pentaden) ist + 6°, 138. Mehrjährige Beobachtungen ergaben für die Monate Juli und

August als höchsten Thermometerstand + 18°, als niedrigsten + 9°, als mittleren + 12°. Nur selten steigt im Sommer das Thermometer über 20 ° über Null.

Die Schwer- und Dichtigkeitsverhältnisse der Atmosphäre sind nicht minder günstig zu nennen. Der mittlere Barometerstand ist 27 ″, 0,035 ‴. In den Monaten Juli und August war nach den schon erwähnten Beobachtungen der höchste Barometerstand 27 ″, der niedrigste 26,5 ″, der mittlere 26 ″, 11 ‴.

Die wässrigen Niederschläge aus der Atmosphäre gestalten sich folgendermaßen: Regen fällt 18—19 Zoll, Thau wird während des Sommers in beträchtlicher Menge niedergeschlagen. Nebel sind während der Sommermonate verhältnißmäßig nur sehr wenig; desto häufiger aber im Frühjahr und Spätherbst.

Die herrschenden Winde nehmen ihre Richtung zwischen dem 45. Grad von W. gegen S. und dem 45. Grad von W. gegen N. Bei weitem am vorherrschendsten ist S.-W.-Wind; er bringt im Sommer stets veränderliches Wetter und Regen; im Winter ist er trocken. Nordwinde herrschen im Thale fast gar nicht.

Die klimatischen und im engeren Sinne die Witterungsverhältnisse, wie sie sich eigenthümlich in dem Bereiche Warmbrunns gestalten, genauer noch und umfassender zu verfolgen, darf hier um so weniger unterlassen werden, als es im Interesse des Kurgastes liegen muß, diese nicht in oberflächlicher Schilderung auf Treue und Glauben hinzunehmen, sondern vielmehr zu größerer Beachtung selbstprüfend näher kennen zu lernen. Das geographische Klima oder das Klima im Allgemeinen, welches durch nichts anderes bestimmt und bedingt wird, als durch das beziehungsweise Verhältniß der Lage einer Erdgegend zur Sonne, wird so oft zu einem verschiedenartigen physischen oder besonderen Klima umgewandelt, als verschiedene Länderstriche, selbst wenn sie ein gemeinsames geographisches Klima haben, d. h. unter gleichen Graden der Breite und Länge gelegen sind, hinsichtlich ihrer Seehöhe, eigenthümlichen Beschaffenheit der Erdmasse, der Bodenkultur, der Vegetation, der Gewässer und der Begrenzung von einander abweichen. Von allen diesen klimatischen Momenten hängen ab das besondere Verhalten der Atmosphäre einer Gegend bezüglich ihrer Schwere, Elastizität und Elektrizität, die Gestaltung der Temperatur und der Temperaturwechsel, das Entstehen und Vorherrschen der Winde, die Bildung und der Zug der Wolken, das stärkere oder schwä-

chere, das öftere oder seltenere Fallen des Regens und anderer wässrigen Niederschläge, als Tau, Reif, Nebel, das Zustandekommen der Gewitter, mit einem Worte alles, was man unter Witterung begreift. Sofern sie Warmbrunn und seine landschaftliche Umgebung betreffen, kennen wir bereits all die eben erst beanregten klimatischen Konstituentien schon genauer und im Umriß auch das sich auf sie gründende Verhalten der Atmosphäre; die totale Rückwirkung ersterer jedoch auf die gesammten atmosphärischen Verhältnisse, wie solche sich in ihrer Besondertheit als eigenthümliches physisches Klima daselbst kund geben, bleibt nunmehr näher zu untersuchen übrig.

Im Vergleich mit niedriger gelegenen Landstrichen unter gleicher geographischer Breite und Länge und anderweitigen ähnlichen Oertlichkeitsverhältnissen ist im Allgemeinen die Temperatur der Atmosphäre im warmbrunner Bereiche in mäßigem Grade eine niedrigere, die Luft dünner, leichter, lichtreicher, elektrischer, reiner und trockener. Alle diese Eigenschaften der Atmosphäre sind hauptsächlich in Abhängigkeit gehalten von der ansehnlichen Erhebung des warmbrunner Thales über dem Meeresspiegel, wie solche bereits an geeigneter Stelle durch genauere Angaben des Höhenmaaßes gebührend gewürdigt worden ist. Man sollte meinen, daß es desto wärmer werden müßte, je mehr man sich der Sonne nähert; erfahrungsgemäß ist dem aber nicht so. Nach einem bestimmten Naturgesetze nimmt vielmehr die Temperatur der Atmosphäre in dem Maaße ab, als die Oberfläche eines Erdtheils sich über die Oberfläche des Meeres erhebt, demnach der Sonne näher rückt. Die Nothwendigkeit dieser Erscheinung tritt jedoch alsbald in's hellste Licht, wenn man die Thatsache festhält, daß die Sonne nicht unmittelbar erwärmend auf die Erd-Atmosphäre einwirkt, sondern daß vielmehr die Wärmestrahlen der Sonne vorerst von der Erde aufgesogen werden, und daß diese alsdann die Wärme wieder ausstrahlt und zurückgiebt an die sie zunächst umgebenden Luftschichten. Je dichter nun letztere sind, desto mehr Widerstand setzen sie den Wärmestrahlen von Seiten der Erde entgegen; sie verweilen, so zu sagen, länger in ihnen und erwärmen sie um so mehr; je dünner die Luftschichten sind, desto geringer natürlich ist jene Widerstandskraft und um desto geringer auch die Wirkung der ausstrahlenden Erdwärme auf dieselben; denn sie lassen die Wärmestrahlen leichter durch. Da aber auch in gleicher gesetzlicher Bestimmung die Luftschichten desto dünner und darum zugleich leichter werden, je höher die Erdregion,

und umgekehrt, so sind naturgemäß in höher gelegenen Landstrichen selbst die der Erddecke zunächst sich befindlichen Luftschichten dünner, als in niedrigeren Gegenden, und haben deshalb verhältnißmäßig auch eine niedrigere Temperatur.

Was die lichtstrahlende Wirkung der Sonne in Beziehung zur Erhebung des Erdbodens betrifft, stellt sich ein Gesetz in umgekehrtem Verhältnisse zu ihrer Wärmeentwickelung heraus. Je dünner die Luftschichten sind, desto ungehemmter dringen die Lichtstrahlen der Sonne durch sie hindurch; je höher demnach ein Ort gelegen ist, desto lichtreicher auch seine Atmosphäre.

Von der Seehöhe einer Gegend hängt der größere oder geringere Feuchtigkeitsgrad der Atmosphäre mit ab; die Luft höher gelegener Gegenden enthält bei unbedecktem Himmel ein geringeres Maaß Feuchtigkeit als die der niedriger gelegenen. Ist demnach das Wetter klar, so nimmt die Feuchtigkeit der Atmosphäre um so mehr ab, je höher man kommt. Wenn sich aber trotz dem erfahrungsgemäß in Gebirgsgegenden häufiger feuchte Niederschläge bilden, so hängt dies von andern Ursachen, die genauer kennen zu lernen vorbehalten bleibt, unstreitig ab.

Kühle und trockene Luft bildet einen schlechten Leiter der Elektrizität. Auf diese Weise wird auf höher emporgehobenen Erdstrichen, weil diese Luftbeschaffenheit ihnen eigen ist, die gleichmäßige Vertheilung der Elektrizität verhindert, zugleich aber ihre räumliche Anhäufung begünstigt. Somit erklärt es sich, warum man in Gebirgsgegenden und auf Hochebenen die Elektrizität der Luft — allerdings nur relativ — stärker angehäuft findet, als in den tiefer gelegenen ebenen Flächen, wo die Luft durch ihren größeren Gehalt an Wasserdämpfen und ihre höheren Wärmegrade eine größere Leitungsfähigkeit für Elektrizität besitzt. Wirklich ist aber auch in letzteren die Luft absolut reicher an Elektrizität, nur ist dieselbe auf größeren Räumen gleichmäßiger vertheilt.

Je nach dem Grade der Erhebung einer Gegend ändert sich auch der Luftdruck, weil die Luftsäule in gleichem Grade eine höhere oder niedrigere wird.

Ein Rückblick auf diese Erläuterungen wird es leicht machen, den Grund einzusehen, daß Warmbrunn und sein schönes Thal, deren durchschnittliche Erhebung als eine mittlere betrachtet werden kann, sich einer maaßvollen Leichtigkeit, Dünnheit, Lichthelligkeit und Elektrizitätsstärke der Luft, so wie einer in gemäßigtem Grade niedrigern, im Sommer Erquickung gewährenden Temperatur zu erfreuen hat.

Von wesentlicher Bedeutung für die Gestaltung der eigenthümlichen klimatischen Verhältnisse Warmbrunns und seines Thales sind aber auch die innere Massenbildung des Erdkörpers und die Beschaffenheit des Bodenüberzuges, wie sie bezüglich des warmbrunner Gebiets in Verbindung mit seiner Raumausdehnung und Physiognomie der Oberfläche in früheren Abschnitten mit gebührender Sorgfalt in Betracht gezogen worden. Unbestreitbar würde in der hochgelegenen warmbrunner Thalebene die Temperatur einen viel niedrigeren Grad erreicht haben, als dies in Wirklichkeit der Fall ist, wenn nicht dem Einfallen der Sonnenstrahlen überall vollkommen Raum gegeben wäre und nicht daselbst die Gesammteigenschaften des Erdreichs in solcher Art hervorträte, daß sie die Auffaugung und Wiederausströmung der der Sonne entstrahlenden Wärme begünstigten. Das Maaß der Befähigung irgend eines Theils der Erdkruste für Wärmeaufsaugung und Wärmeausstrahlung ist aber wiederum ein gesetzliches und hängt von den Aggregationsverhältnissen, d. h. vom Zustande der Massenzusammensetzung eines Erdkörpertheils ab, insofern sie für den Konsistenz- und Dichtigkeitsgrad des letzteren bestimmend sind. Je größer die Konsistenz und Dichtigkeit eines Körpers ist, um so stärker auch seine Kraft, die Wärme zu leiten und auszustrahlen, und umgekehrt. Eine felsige Grundlage von so hartem Gefüge, wie die im Bereiche des warmbrunner Thals, welche bei verhältnißmäßig nicht gar beträchtlicher Ueberdeckung mit feinkörniger Dammerde überall bald zu Tage liegt und auf manchen hügelicht gehobenen Stellen von letzterer ganz befreit ist, muß daher für Wärmeleitung und Wärmeausstrahlung in hohem Grade geeignet sein.

Aber auch trockener, als es der Gesundheit Vieler zuträglich wäre, würde wegen der Höhe des Terrains die Luft hier sein, hätte im Allgemeinen der Boden nicht die gekannte Beschaffenheit; denn von der Verschiedenartigkeit der Massenbestandtheile und des Gefüges eines Erdreichs hängt seine Eigenschaft ab, in stärkerem oder schwächerem Maaße Feuchtigkeit festzuhalten und wieder von sich zu lassen. Da aber letztere, wenn sie in tropfbar flüssigem Zustande ist, überall, wo sie in der Natur sich vorfinden, bei jedem Temperaturgrade verdunsten und somit die Atmosphäre mit Wasserdämpfen versehen, so ist leicht zu begreifen, daß auch von jenen Eigenschaften des Erdreichs die größere oder geringere Trockenheit der Luft mit abhängig gemacht ist. Die feinkörnige Erdschicht, wie sie überall da, wo Granitlagerungen vorherrschen, also auch in dasiger Gegend sich vorfindet, begünstigt zwar allda die rasche Auffaugung und

Tieferführung aller wässrigen Niederschläge, weshalb auch im Thale selbst nach starken Regengüssen der Boden ungewöhnlich rasch wieder trocken wird; allein die felsige Grundlage macht dem allzutiefen Eindringen der Feuchtigkeit Einhalt und begünstigt somit mehr ihre Verwandlung in Dunstgestalt, wodurch die Luft stets den Grad von Feuchtigkeit behält, wie er zum Fortbestehen einer vollkommneren Gesundheit nöthig ist. In sandigen Gegenden z. B., die einer festen Unterlage entbehren, ist in der Regel die Luft sehr trocken, weil der lockere Boden jegliche Feuchtigkeit, kaum aufgenommen, nicht nur schnell wieder von sich läßt, sondern ihr auch gestattet, ungehemmt in größere Tiefe zu dringen.

Eben so würde räumliche Ansammlung und endliche Ueberladung der Elektrizität in der Atmosphäre und daher das Entstehen von Gewittern öfter und in stärkerem Grade hier zu Lande stattfinden, als es bereits geschieht, indem ja bekanntermaßen eine anhaltend trockene, kühle Luft diesen Naturprozessen Vorschub leistet, falls nicht daselbst vom Erdreich aus die Atmosphäre wenn auch nur mit so viel Feuchtigkeit versehen würde, um sie vor zu großer Trockenheit zu bewahren. Hierdurch ist die nöthige Gelegenheit gegeben, daß sich die Elektrizität doch mehr, als es sonst geschehen könnte, vertheilt und ausgleicht. Zwar ist die Erde je nach Verhältniß ihrer Befähigung, die Wasserverdünstung vor sich gehen zu lassen, wiederum eine ergiebige Quelle für die atmosphärische Elektrizität; allein die überall weise Natur hat auch Sorge getragen, daß mit dem Maaße der in die Atmosphäre gelangenden Feuchtigkeit ein gleiches Maaß der Vertheilung und Ausgleichung der gleichzeitig in geradem Verhältnisse sich entwickelnden Elektrizität stattfinde.

Auch daß die Luft sich rein erhalte von fremdartigen, schädlichen Bestandtheilen, trägt die Beschaffenheit des Bodens im warmbrunner Thale das ihrige bei. Die Luft, deren Grundbestandtheile bekanntermaßen Sauerstoffgas und Stickstoffgas in dem stets beständigen Verhältnisse von 21 zu 79 ausmachen, deren Nebenbestandtheile jedoch, als Kohlensäure und geringe Menge Salzsäure, einem Wechsel unterworfen sind, steht in einem immerwährenden Wechselverkehr mit der Erddecke, die in mannigfaltiger Weise eine Zusammensetzung von mineralischen und mehr oder weniger zersetzten pflanzlichen (organischen) Stoffen darbietet. Unter so bewandten Umständen kann es nicht anders sein, als daß die gegenseitige Einwirkung der Bestandtheile der Luft und der Erde aufeinander chemische Prozesse hervorrufe, durch welche Stoffe entbunden werden, die

vermögend sind, die Beschaffenheit der Luft zu verändern. Hat demnach ein Boden unter seinem mineralischen Gemenge im Ueberfluß auch pflanzliche Bestandtheile, ein Fall der z. B. bei fetter Dammerde, moorigem Boden eintrifft, so wird er, weil dies eine Eigenschaft todter Pflanzenstoffe ist, bei dem Zusammentritt mit der Atmosphäre Kohlenstoff- und Wasserstoff-Gas in größerer Menge der Luft abgeben, hingegen den Sauerstoff derselben sich aneignen, und die Gemengtheile der Luft, wie sie für das ungehinderte normalmäßige Bestehen alles organischen Lebens fest bestehend sind, werden hierdurch in schädlicher Art abgeändert. Andere Bodenarten oft ganzer Länderstrecken sind mit salzigen Bestandtheilen bald mehr bald weniger gemischt. Die Berührung der Atmosphäre mit einem derartigen Boden bewirkt eine chemische Zersetzung dieser Salzstoffe, wobei sich Gase entwickeln, die als fremdartige Zugaben in die Luft dringen und sie verderben. Bei kalkhaltigem Boden ist die Luft sogar mit den feinsten Staubtheilen der Kalkerde geschwängert und wird dadurch schädlich, und dergleichen mehr. Der Erdüberzug im warmbrunner Thale hingegen besteht zum bei weitem größten Theile aus stark verwitterten Granitbestandtheilen und nur so vielem Humus, d. h. erdigem Rückstande verwester organischer Körper, als nothwendig ist, ihn bei guter Kultur recht ertragbar werden zu lassen. Hier ist also von dieser Seite kein Feld gegeben für das Zustandekommen schädlicher Zersetzungen, welche die Luft verunreinigen könnten. Was übrigens auch anderweitig die beständige Reinheit der Luft noch bewahren hilft, das sind die fortwährend stärkeren, wenn auch nicht immer sehr fühlbaren Luftströmungen, die vermöge der wellenförmigen und zum Theil selbst hügelichten Oberfläche des Thales erzeugt werden, wodurch eine fast unabläſsige Erneuerung der untern Luftschichten und hiermit auch Entfernung möglicherweise in die Luft sich mischender Schädlichkeiten erzielt wird.

In unserm Thale finden sehr beträchtliche Thaufälle statt. Auch sie hängen mit der Bodenbeschaffenheit daselbst eng zusammen. Bekanntermaßen entsteht der Thau auf folgende Weise. Wenn die Sonne untergegangen ist und ihre Wärmestrahlen der Erde nicht mehr zuführt, so erkalten bei ruhigen, heitern Nächten die atmosphärische Luft und alle auf der Erdoberfläche befindlichen Körper; die Erde aber strahlt ihre überschüssige Wärme in den sie umgebenden Raum aus. Letztere bewirkt, wie schon bekannt, eine Verdunstung der in der Erde enthaltenen Feuchtigkeiten, wodurch die untersten Luftschichten, die an sich schon dunstför-

mige Wassertheile enthalten, mit Wasserdämpfen noch mehr versehen werden; die kühlere Temperatur der Luft verdichtet sie sogleich, in Folge dessen sie sich auch alsbald an den noch mehr erkalteten Gegenständen auf der Erdoberfläche als perlende Wassertropfen niederschlagen und so als Thau hangen bleiben. Da freistehende Körper, die dünne Flächen bilden, schneller erkalten, so wird es ersichtlich, warum man den Thau auf grasigen Stellen am stärksten bemerkt. Aus dem Vorgetragenen wird aber auch klar, daß, je stärker nach Sonnenuntergang die Temperaturdifferenz der Erde gegenüber der sie umgebenden Luft hervortritt, desto stärker auch die Thaubildung sein muß. Wenn demnach in dasiger Gegend die Wärmeaufnahme und Wärmeausströmung von Seiten der Erde in hohem Grade begünstigt wird, so muß auch nach dem Vorausgeschickten der Thaufall ein beträchtlicher sein.

Nicht außer Acht gelassen werden darf der gewichtige Einfluß, den die Vegetation und die Erdkultur in der Umgegend Warmbrunns, von denen oben umständlich Kenntniß genommen worden, auf das Klima daselbst ausüben. Wäre das Thal nur von gräserreichen Weidetriften durchweg bedeckt, durchzöge wie ehemals dichte Waldung sein Gebiet, so würde sicherlich die Atmosphäre der Temperatur Abbruch thun. Eine üppige, dichte Pflanzenvegetation, die den vorwaltenden Charakter einer Gegend ausmacht, ist im Stande, die Temperatur daselbst sehr fühlbar herabzusetzen, dadurch nicht nur allein, daß sie der unmittelbaren Einwirkung der Sonnenstrahlen auf die Erdoberfläche bedeutsame Hemmungen entgegenstellt, sondern deshalb auch, weil die Sonnenstrahlen durch die fast beständigen Bewegungen der Pflanzen im rechten Winkel auf den Erdboden einzufallen abgelenkt werden; denn die erwärmende Wirkung der Sonnenstrahlen ist eine um so stärkere, je mehr ihr Einfallswinkel sich einem rechten nähert. Selbst die unter solchen Umständen in großem Maßstabe vor sich gehende Verdunstung der in Menge den saftreichen Pflanzen inwohnenden und leicht an ihre Oberflächen gelangenden Feuchtigkeiten trägt dazu bei, die Wärme herabzusetzen, indem bei Dampfbildung jeder Art Wärme absorbirt, d. h. gebunden wird. Einen schlagenden Beweis für diese Thatsachen giebt die oft gemachte Erfahrung, daß, wenn solche üppige Weideländer der gemäßigten Erdstriche in einen Kulturstand versetzt wurden, das Klima alsbald milder und wärmer sich gestaltet. Gleiches Bewandtniß in obgedachter Beziehung hat es mit dichten, tiefen Waldungen, nur daß sie noch weit mehr als Pflanzen die Auf-

nahme der Sonnenwärme von Seiten der Erdoberfläche beeinträchtigen und dadurch, daß sich leicht Feuchtigkeit an sich ziehen, an sich halten und demnach eine stärkere Wasserdampfentwickelung vermitteln, auch noch mehr die Temperatur der Luft zum Sinken bringen. Waldgegenden sind bekanntlich rauh, kalt; werden jedoch die Wälder in Saatfelder umgewandelt, dann ändert sich auch das Klima in günstigster Weise. Im warmbrunner Thale steht der ertragreiche Wiesewachs in einem schönen Verhältnisse zu der weitverbreiteten, selbst bis an die hohen Berglehnen reichenden Ackerkultur, während Waldungen gar nicht vorhanden sind. Daher auch die minder kühle Temperatur der Luft daselbst.

Durch die vielen Feuchtigkeiten, die Pflanzen und mehr noch Bäume sowohl aus der Erde als auch aus der sie umgebenden Luft an sich nehmen und nach Maßgabe dessen, wie schon angedeutet, verdunsten, wird die Vegetation einer Gegend ein nicht zu übersehender Bestimmungsgrund für Feuchtigkeitsverhältnisse der Atmosphäre. Es scheint übertrieben und doch ist es vollständig wahr, daß in der wärmeren Jahreszeit dicht bewachsene Grasflächen auf gutem Wiesengrunde, wenn deren Pflanzen noch im vollen Wachsthum begriffen sind, eine größere Menge Wasser verdunsten, als gleich große Wasserflächen. In einem weit größerem Maßstabe ist diese Erscheinung auf waldreiche Landstrecken zurückzuführen. Nicht nur ist, wie allgemein bekannt, die Luft waldiger Gegenden sehr feucht, sondern es kommt auch daselbst viel häufiger, als da, wo es an Wald gänzlich mangelt, zu Regen- und Nebel-Niederschlägen.

Im warmbrunner Thalgebiete ist die Pflanzenvegetation üppig zwar, doch hinsichtlich des Flächenraumes, den sie einnimmt, so maßvoll gehalten, gegenüber dem Rauminhalte, den Saatfelder bedecken, daß sie und zugleich die hier und da zerstreut vorhandenen kleinen Gebüsche nur in wohlthätiger Weise mit bewirken helfen, daß die Luft niemals eine zu große Trockenheit erfahre.

Dem Verwesungsprozesse, der Fäulniß abgestorbener Pflanzen, in Folge dessen die Luft mit bösartigen Ausdünstungen versehen werden könnte, ist in unserem Thale nirgends Raum gegeben. Die faulige Gährung von Pflanzenstoffen mit ihren großen Nachtheilen für die Gesundheit kommt hauptsächlich da zu Stande, wo auf Sumpfboden saftreiche Pflanzen üppig gedeihen, oder wo unkultivirter Erdboden das Stehenbleiben atmosphärischen Wassers begünstigt, wie dies beispielsweise bei thonigem Boden der Fall ist. Weder Sümpfe noch stehende

Wässer greifen im warmbrunner Thale Platz. Die hier und da befindlichen Torflager von nicht erheblicher Ausdehnung und die Teiche, die, wie ihr Fischreichthum zeigt, ein lebendiges Wasser führen, kommen bei der beständigen größeren Bewegtheit der Luft, wodurch letztere immerwährend erneuert und gereinigt wird, nicht in Betracht. Wenn aber die Luft daselbst reicher an Sauerstoff ist, einer Gasart, die alles Lebendige gedeihlich werden läßt, so verdankt sie dies zum Theil den pflanzenreichen Triften der Landschaft, indem lebendige Pflanzen zur Tageszeit Sauerstoff aushauchen, dagegen Kohlenstoff und Wasserstoff an sich ziehen.

Die Gewässer, welche für das Klima einer Gegend ein großes Gewicht in die Waagschale legen, haben im warmbrunner Thale eine so geringe Bedeutung, daß ihre Beziehung zu seinem Klima ganz übergangen werden kann.

Anders verhält es sich mit der Gebirgsbegrenzung des Thales. Sie verdient besonders hervorgehoben zu werden, weil ihre Rückwirkung auf die klimatischen Verhältnisse von größtem Belang ist.

Es liegt im Allgemeinen der Einsicht ganz nahe, daß die Atmosphäre in allen ihren Beziehungen die vielfältigsten Veränderungen erfahren muß, je nachdem ein Landstrich ringsum oder nach der einen oder andern Himmelsgegend hin von geschlossenen, kompakten Gebirgszügen oder von vereinzelt stehenden, mehr oder weniger von einander entfernten Bergen umgrenzt ist, wodurch dieser oder jener Windzug befördert oder gehindert wird, je nach der Höhe ferner, bis zu welcher das Gebirge in den verschiedenen Weltrichtungen emporsteigt und das Auflagern der Wolken, das längere oder immerwährende Verbleiben des Schnees auf dessen Gipfeln begünstigt oder unmöglich macht, je nach Verschiedenheit auch der Größe des Kreises, den ein höherer oder niedrigerer Gebirgskranz beschreibt, vermöge dessen die ungeschwächte Zulassung der Sonnenstrahlen in das weitumgrenzte Thalgebiet gesichert oder deren Einfallen in das engumschlossene Thalgebiet eine Schranke gesetzt ist, endlich auch je nach der Mannigfaltigkeit der innern Massengestaltung und des äußeren Ueberzuges eines Gebirges so wie seiner Vegetationsverhältnisse in Beziehung auf Pflanzen und Waldung, insofern hiervon das Ansichziehen und Festhalten und Verdunsten von Feuchtigkeiten abhängig ist.

Warmbrunn und das ganze große Thal, obgleich ringsumschlossen von einer zusammenhängenden Gebirgskette, die insgesammt wegen ihrer beträchtlichen Erhebung nach allen Richtungen hin nicht ohne wesentlichen

Einfluß bleiben kann auf das Verhalten aller atmosphärischen Erscheinungen daselbst, würden dennoch unter so günstigen anderweitigen Umständen, wie die bereits gekannten, ein so mildes Klima zu eigen haben, wie es selten in Gebirgsgegenden angetroffen zu werden pflegt, wenn nicht dessen entschiedenste Modifikationen von Seiten des Riesengebirges gegeben wären. Gerade im Süden begränzt diese hoch bis in die Wolken hineinragende Bergmauer das Thal und wendet ihm ihre nördlich abhängende Seite zu. Dadurch allein schon wird allen den das Klima bekanntlich mildernden Einflüssen jener mittäglichen Waldgegend ein gewaltiger Damm entgegengesetzt. Was aber die Temperatur im Thale nicht noch höher, als dies schon stattfindet, steigen läßt, ist besonders der Umstand, daß die beständig kältern Luftschichten des hohen, noch dazu mit dichtem Wald bedeckten Gebirges, aber zugleich auch die der anderen mit Waldung reich versehenen Berge, als die schwereren, sich hinabsenken und die niederen an und für sich wärmeren Luftschichten abkühlen. Diese Luftströmungen von oben nach unten geben zugleich mit einen triftigen Grund des häufigeren Temperaturwechsels ab, der im Thale vorherrscht, und des scharfen Kontrastes der Abend- und Morgen-Temperatur den übrigen Tageszeiten gegenüber; sie verschaffen aber auch in der wärmern Jahreszeit der Luft eine erquickliche Frische. Der Abkühlung in gedachter Weise tritt mäßigend, beschränkend entgegen die südwestliche und südöstliche Abdachung der hohen Sudetenkette, in Folge deren die wärmeren Winde jener Himmelsrichtungen Zugang in das Thal erhalten, während die kalten Nordwinde hier ganz fehlen oder doch wenigstens selten streichen.

Bei der bedeutend hohen Lage Warmbrunns und seines Thals würden die bisher bekannt gewordenen Momente, die auf den Grad der Feuchtigkeit und Trockenheit der Atmosphäre daselbst ihren Einguß geltend machen, kaum ausreichend gewesen sein, auch in der wärmern Jahreszeit, wenn, wie es hier in heißen Sommern zu geschehen pflegt, trockene Hitze hoch zum steigen kommt, die Luft vor zu großer Trockenheit zu schützen, falls nicht die Gebirgsumgrenzung reichen Stoff darböte, einem derartigen Uebelstande entgegen zu treten. Die kahlen Riesengipfel des Hochgebirges, auf denen bereits die Vegetation im Leichentuche liegt und alles Leben überhaupt erstorben ist, reichen bis in die Region der Wolkenbildung; an ihren nackten, eiskalten Wänden werden schon die nur allzuleicht, nur allzuoft und von allen Seiten durch beständig hier vor-

waltende starke Luftzüge ihnen zugeführten und von ihnen angezogenen atmosphärischen Dunstmassen alsbald verdichtet, entweder bis zu dem Grade des Bildens sichtbarer Dünste, zu Wolken nämlich, die vermöge ihrer eigenen Schwere alsdann sich tiefer hinabsenken, oder bis zu dem Grade des Entstehens tropfbarer Flüssigkeit, die als Regen, oft hinab bis in das Thal selbst, niederfällt. Da Südwestwinde vorherrschend streichen und diese nicht nur viele feuchte Dünste, häufig selbst schon im verdichteten Zustande mit sich führen, sondern auch wärmer sind als die Luft auf dem Hochgebirge und im Thale, so kommen diese Naturprozesse öfter zu Stande. In der immer noch sehr hochgelegenen Abstufung des Riesengebirges aber, wo nicht nur das Leben wieder erwacht, sondern rasch zu einer üppigen Pflanzenwelt sich entfaltet und der grüne dichte Wald zur Herrschaft gelangt, da entwickeln sich aus bekannten Gründen feuchte Dünste, die in der Luft unter Umständen zu wässrigen Niederschlägen Veranlassung werden, und zwar um so leichter und stärker, je gewisser es ist, daß das Granitgerippe des Gebirges hier mit einem schwammigen, an Wasservorräthen reichen Bodenüberzuge versehen ist. Gleiches bewirken auch die übrigen, die Thalumgränzung vervollständigenden Berge.

Auch die Nebelbildung im Thale erhält vom Gebirge aus eine hauptsächliche Begünstigung. Indem die kältere Bergluft sich mit der wärmeren des Thals vermischt, sinkt deren Wärme häufig bis zu dem Grade, daß, wenn die Luft mit Dämpfen gesättigt ist, diese bis zur Nebelform verdichtet werden.

Des Einflusses, den die Gebirgsbegrenzung des Thales auf die Strömung der Luft in letzterem ausüben, ist schon im Vorbeigehen Erwähnung geschehen. Der hohe Gebirgszug gestattet, wie es dort heißt, wegen seiner Abdachung in südwestlicher und südöstlicher Richtung Süd- west- und Südost-Winden vorzugsweise den Zugang und diese sind daher vorherrschend im Thale. Zuweilen in Schluchten des Gebirges gedrängt, arten sie alsdann in Stürmen aus. Aber die Berge selbst erzeugen Luftströmungen nach dem Thale, und zwar dadurch, daß, wie gleichfalls schon berührt worden, die stark abgekühlten und darum dichtern, schwereren Luftschichten des Gebirges tiefer hinabbringen, während die ausgedehnteren, leichteren, wärmeren des Thales nach oben steigen. Es begegnen sich demnach Luftschichten von verschiedenartiger Temperatur. Jede Störung des Gleichgewichts der Luftschichten aber hat gewaltsame Bewegungen in der Atmosphäre zu Folge, weil die schwerere Luftschicht die

leichteren gewaltsam aus ihrer Stelle zu drängen strebt, was zur Folge hat, daß, bevor nicht deren Gleichgewicht hergestellt ist, Strömungen der Luft von einem Orte zum andern nothwendig stattfinden müssen.

Insofern die stärkeren Luftbewegungen im Thale, mit denen häufige Lufterneuerungen Hand in Hand gehen, durch das Gebirge zum großen Theile vermittelt werden, hat letzteres auch einen wesentlichen Antheil an der Bewahrung der Luft in ihrer Reinheit.

Bringt man in Erinnerung, daß schon dargethan worden, wie mit allen diesen Prozessen in der Atmosphäre, welche zuletzt Gegenstand der Betrachtung waren, gleichzeitig Elektrizitätsentbindung verknüpft ist, so wird der Gebirgsbegrenzung zugestanden werden müssen, daß sie für das Thal einen bedeutsamen Heerd abgiebt, auf dem mannigfache Veränderungen des Elektrizitätszustandes der Atmosphäre zu Stande kommen. Bei der Leichtigkeit, mit der, wie wir bereits wissen, örtliche Anhäufung der Elektrizität auf dem Hochgebirge sich zu bilden Gelegenheit hat, kommt es in den wärmeren Jahreszeiten nicht gar selten vor, daß von dort her mit Elektrizität überladene Wolken sich tiefer dem Thale zu senken oder ihm auch aus anderen Gegenden durch Winde zugeführt werden und, daselbst mit Wolken von entgegengesetzter Elektrizität voll zusammentreffend, Entladungen, d. h. Gewitter, entstehen lassen. In der Regel sind die Gewitter im Thale von längerer Dauer als im flachen Lande, weil die dem Thale zugewandten ringsum geschlossenen Bergwände die Gewitterwolken länger zurückzuhalten vermögen. Die hohen und breiten Berglehnen, die vielen schroffen Felsenspitzen und die Windungen und Einschnitte, welche im Thale durch die Gruppirung der Berge gebildet sind, steigern die Kraft der Gewitter und verleihen ihnen zuweilen verheerende Wirkungen.

Der riesige Gebirgszug im Süden Warmbrunns und seines Thales schließt wesentliche Ursachen in sich, die geeignet sind, auch auf den Eintritt und das Verhalten der Jahreszeiten daselbst verändernd einzuwirken. Auf dem Hochgebirge kennt man der Jahreszeiten nur zwei, Winter und frühlingsartigen Sommer. Länger als acht Monate liegt da die Natur in starrem Winterschlafe. Wenn längst schon in den bereits grünenden Ebenen die Lerche ihre lieblichen Frühlingslieder anstimmt, baut dort der Adler noch im schneebelasteten Hochwald sein Nest und nimmt seinen Flug hoch über die von Eisglanz umstrahlten Scheitel der Riesen. Selten, daß nicht noch zu Ende des Juni-Monats der Riesenrücken der Sudeten von

Schneemassen stark bedeckt ist, selten auch, daß der Schnee, selbst während des Sommers, an manchen ausgehöhlten Stellen gänzlich schwindet. Kein Wunder demnach, daß die zur Frühjahrszeit vom hohen Gebirge her nach unten strömenden, noch stark erkalteten Lüfte dem Frühling seinen rechtzeitigen Eintritt erschweren, so daß er gewöhnlich 14 Tage, höchstens aber drei Wochen später, als im flachen Lande, alsdann aber mit all seiner Lieblichkeit und Herrlichkeit erscheint.

Auch der Sommer im Thale wird durch das rauhe Klima des Hochgebirges um 14 Tage verkürzt; denn gewöhnlich schon gegen Ende Septembers legt der hohe Kamm sein Winterkleid wieder an. Während seiner Dauer ist aber die Temperatur der Luft größtentheils überaus mild und behaglich, jedoch wie in allen hochliegenden Gebirgsthälern einem öftern Wechsel unterworfen und zur Abend- und Morgenzeit meist auffallend kühl und frisch.

Der Herbst gewährt hier durch die Beständigkeit der frühlingsähnlichen Witterung, besonders in seiner ersten Hälfte, viele dem flachen Lande um diese Zeit schon verkümmerte Genüsse. Lange weidet sich im Thale noch das Auge an dem Anblick des beständig heitern, wolkenreinen Himmels, des frischen Grüns der Wiesen und des Laubes, wärmend noch gar manchen Tag strahlt die Sonne in vollem Glanze hernieder, wenn schon in den flachen Ebenen die düstere Gestalt der ganzen Natur eine Vorahnung des Winters empfinden läßt; nur die durchdringende Kühle der Morgen und Abende erinnern an das Herannahen der rauhen Jahreszeit.

Langjährige Beobachtungen eines treuen Freundes der Natur und unermüdlichen Wanderers in den Sudeten — Hofer ist sein Name — haben es zur Gewißheit gebracht, daß auf dem Riesengebirge die Kälte während des Winters zwar streng ist, aber nicht für gewöhnlich zu so hohem Grade steigt, als allgemein gemuthmaßt zu werden pflegt, ja daß sogar in dieser Jahreszeit die Luft daselbst oft mehr Wärme enthält, als die in den unmittelbaren Thälern. Aehnliches hat Humboldt auf der hohen Andeskette beobachtet. Eine Wahrheit ist es daher und nicht eine unbegründete Behauptung, daß, obgleich der Winter in Warmbrunn und seinem Thale von längerer Dauer ist, als im platten Lande, er darum doch nicht um Vieles stärker ist als dort; denn zu allen Zeiten bleiben die Temperaturverhältnisse des Thals in einer gewissen Abhängigkeit von denen des Hochgebirges.

Faßt man alle in diesem Abschnitt dargestellten Einzelheiten, soweit

sie das betreffende Klima ausschließlich angehen, zu einem Gesammtbilde zusammen, so erhält man folgendes klimatisches Tableau. Die Atmosphäre im warmbrunner Thale und dem Orte Warmbrunn ist leicht und übt auch, weil schon die Luftsäule eine niedrigere ist, weniger Druck aus; sie ist ferner lichtreicher, relativ elektrischer, als in den flachen Ebenen und von besonderer Klarheit, Durchsichtigkeit, milder Trockenheit und seltener Reinheit. Die Temperatur der Luft während des Sommers verräth eine große Milde und Erquicklichkeit, ist in der ersten Herbsthälfte noch angenehm und behaglich warm und sinkt selbst im Winter durchschnittlich nicht so tief, daß sie im großen Kontraste steht mit der Lufttemperatur im flachen Lande. In den Vordergrund muß aber auch gestellt werden der öftere Temperaturwechsel, die abend- und morgendlichen, meist schroffen Temperatur-Differenzen und die häufigere Bewegtheit der Luft. Dem Frühling im Thale fehlen 14 Tage, auch manchmal gar drei Wochen, nicht aber auch seine Reize und Freudigkeit; im Gegentheil geschieht hier das Wiedererwachen der Natur mit so reger, schaffender Lebendigkeit, daß das Versäumte schnell nachgeholt wird. Der früh beginnende rauhe Winter auf dem Hochgebirge bringt den Sommer im Thale um 14 Tage und verlängert demnach seinen Winter. Südwest- und Südost-Winde sind diejenigen, welche am öftersten streichen.

Ein Klima von solchen Eigenschaften kann im Allgemeinen nur sehr günstig auf das Verhalten des menschlichen Organismus rückwirkend werden. Der ganze Lebensprozeß geht mit größerer Freiheit, Raschheit und Energie von Statten, die Ernährung und Anähnlichung des Körpers wird gehoben, seine Funktionen verbleiben in größerer Ordnung und die Gemüthsseite des Menschen beharrt in harmonischer Stimmung. Daher ist der Gesundheitszustand in Warmbrunn und in dem ganzen Thale ein überaus günstiger. Verheerende Seuchen dringen hier fast niemals ein; erscheint eine Volkskrankheit, so ist sie fast immer von gutem Charakter, breitet sich selten sehr aus und verschwindet in möglichst kurzer Zeit. Für die Güte und Reinheit der Luft spricht das gänzliche Fehlen der Wechselfieber; sie gehören hier zu den Seltenheiten; hingegen disponirt ihre größere Schärfe und Durchdringlichkeit mit ihren andern Eigenheiten zu Entzündungskrankheiten und ihre stärkere Bewegtheit und Temperaturveränderlichkeit zu Katarrhen und Rheumatismen. Der Menschenschlag im Thale, obgleich im Allgemeinen von Natur kräftig, verkümmert in der ländlichen Bevölkerung zum großen Theil. Diese treibt meist das Weberhandwerk,

wird deshalb schon frühzeitig zum anhaltenden Sitzen in am öftersten durch das Zusammenwohnen Mehrerer überfüllten und leider auch feuchten und modrigen Räumen genöthigt und ist wegen zu geringen Erwerbs auf den fast ausschließlichen Genuß von Kartoffeln angewiesen. Es darf daher nicht wundern, daß ein großer Theil der ländlichen Thalbewohner die Merkmale einer körperlichen Verkümmerung an sich trägt. Trotzdem erreichen Viele ein hohes Alter.

Nähere und fernere Spaziergänge und weitere Ausflüge.

Die Parkanlagen zu beiden Seiten der Gallerie und des Schauspielhauses, die als eine Fortsetzung des schönen Schloßparkes erscheinen, so wie die 600 Schritt lange Allee, in deren ersten Abtheilung rechts und links Verkaufsbuden aufgeschlagen sind, bieten sich dem Kurgast als die zunächst gelegenen Spaziergänge dar. Die Brunnen- und Molkentrinkenden ergehen sich hier in den frühen Morgenstunden, und ein gut besetztes Musikchor sorgt für Erheiterung des Gemüths. Für sie sind die Parkanlagen wegen des Schutzes, den sie gewähren, der Allee vorzuziehen, wenn die Luft stärker bewegt ist. Die Anlagen und freien Plätze vor der Gallerie bilden während der Saison einen Vereinspunkt der Gesellschaft in der Vormittagsstunde von 11—12 Uhr, während welcher Zeit das Musikchor durch Aufführung guter Musikstücke zur Unterhaltung wesentlich beiträgt.

Das Landhäuschen, zu welchem seitwärts der Gallerie ein kurzer Fußweg zwischen Feldern führt, ist mit Recht ein Lieblingsaufenthalt der Kurgäste. In den Nachmittagsstunden füllen gesellige Kreise alsbald diesen lieblichen Ort, und der Genuß des Kaffee's, des Thee's und sonstiger Erfrischungen wird erhöht bei dem herrlichen Anblick des Gebirges. Auch eine Kegelbahn befindet sich daselbst.

Der Weihrichsberg, von geringfügiger Erhebung, bequem zum Besteigen und mit einem Kaffeehause versehen, wird von den Kurgästen, besonders denen, die Anstrengungen zu scheuen haben, wegen der schönen Aussicht auf das Hochgebirge und in das Thal, die man auf der Höhe genießt, gern und häufig besucht. In östlicher Richtung von der Gallerie aus gelangt man auf einem Fußpfade dahin.

Der Schulzenberg ist ansehnlich höher als der vorher genannte und nicht

weit von ihm entfernt. Man gelangt wegen der nur allmälichen Steigung des Pfades vom Fuße des Berges an ohne Mühseligkeit bis auf dessen Höhe. Auf dem breiten Plateau, woselbst eine Restauration sich befindet, eröffnet sich dem Auge ein landschaftliches Gemälde von seltener Schönheit. Wie in einem Garten gelegen erscheint Warmbrunn im Vordergrunde, halbzirkelartig umgeben von blühenden Dorfschaften; seitwärts im Norden gewahrt man die Stadt Hirschberg. Bald aber richtet sich der Blick auf das mit majestätischer Pracht südlich aufsteigende und in den blauen Aether stolz hineinragende Hochgebirge, an welches die andern, nach allen Richtungen das Thal begrenzenden Berge sich anreihen. In dem dicht an Warmbrunn angrenzenden Dorfe Herischdorf auf dem Wege nach Hirschberg weist ein rechts stehender Wegweiser den Weg nach dem Schulzenberge.

Die mit Eichen und Erlen theilweise alleeenartig besetzten, nördlich von Warmbrunn gelegenen Dämme längs den Teichen gewähren ebenfalls einen schönen, doch mehr einsamen Spaziergang.

Zu den entfernteren Ausflügen gehören:

Hermsdorf, nahe am Fuße des Kynast, für den Fußgänger eine Stunde von Warmbrunn entfernt. Das vortrefflich und reizend gelegene Gast- und Kaffeehaus bei Tietze empfiehlt sich als erwünschten Ruhepunkt, bevor man den Kynast, auf dessen Felsengipfel die schöne Burgruine an die Zeit des sagenreichen Ritterthums mahnt, besteigen will. Der waldumzogene Kynast erhebt sich 1800 F. über die Fläche der Ostsee und ist nicht ohne Beschwerlichkeit zu erklimmen; wer daher aus Gesundheitsrücksichten letztere vermeiden soll oder nur die Bequemlichkeit liebt, der lasse sich von den eigens dazu angestellten Trägern, die vor dem genannten Gasthofe stets zu finden sind, für einen hier, wie überall, taxmäßig festgesetzten Preis hinauftragen. Oben angekommen, wird, wie durch einen Zauber, der Blick des Beschauers an die Erhabenheit der großartig sich entfaltenden Natur gefesselt; in stiller, ernster Bewunderung durchdringt das Auge das in buntem Farbenglanze prangende Thal mit seinen Städten, Dörfern, Gärten, Wiesen, Feldern, bewaldeten Berghöhen, kahlen Hügeln und durchschlängelnden Wegen, und schweift bald über die blauen Berge hinweg weit hinaus in die Ebene. Die erhabene, ergötzende Aussicht erweitert sich noch auf dem hohen Wachtthurme der Bergruine. Bei dem Besuch der Burg giebt ein Burgwächter Aufschlüsse über die verschiedenen Oertlichkeiten in derselben und

erzählt behend und possirlich die Sagen aus ihrer Vorzeit. Die Südseite des Berges enthält einen Platz, auf dem ein merkwürdiges Echo vernommen wird. In dieser Richtung befindet sich auch die sogenannte **Hölle**, ein enger, steiler, doch mit Steinen treppenartig belegter Felsenweg, auf dem gewöhnlich der Rückzug vom Kynast angetreten wird. Auf dem Plateau des Kynast befindet sich eine gut eingerichtete Restauration, in welcher Erfrischungen aller Art verabreicht werden.

Der Kochelfall ist $2\frac{1}{2}$ Stunde von Warmbrunn entfernt. Man nimmt gewöhnlich den Weg über Hermsdorf und Petersdorf, und gelangt auf einer chaussirten Straße zum Vitriolwerke, woselbst ein recht gutes Gasthaus und Träger angetroffen werden für den Fall, daß Jemand dieselben benutzen wollte. Von hier aus geschieht die Wanderung weiter längs dem über mächtiges Gestein hinstürzenden Zacken in das immer enger werdende, immer romantischer sich gestaltende wilde Thal, welches zu beiden Seiten von gigantischen, bald überhangenden, bald wieder mehr zurücktretenden, bald von Nadelholz umwachsenen, bald ganz nackt dastehenden und in sonderbaren Formen ausgeprägten Felsmassen gebildet wird. Ein stärkeres Rauschen hält die Schritte an, und siehe da, aus dichtem Walde drängt schäumend und tobend der Kochel dem Zacken entgegen und wird alsbald von ihm verschlungen. Immer weiter führt der schmale, doch bequeme von Wald beschattete Felsweg. Ein donnerartiges Getöse, welches das starke Rauschen von vorher weit überstimmt, trifft endlich beim Weiterschreiten das Ohr; es ist der Kochel, welchen man 50 F. hoch von einem Felsen herabstürzen sieht, der dieses Getöse verursacht.

Der Zackenfall, wasserreicher und höher als der vorige, ist von ihm noch zwei Stunden entfernt. Nicht der Zacken aber, sondern der Zackel, auch Zackerle genannt, stürzt hoch von östlichen Abhange des Reifträgers her 113 Fuß herab, durch eine steile mit Bäumen und Moosen besetzte Felsschlucht sich drängend, in einen Kessel.

Die Josephinenhütte ist seit ihrem Entstehen eine sehr beliebt gewordene Lustparthie. Der Weg vom Vitriolwerk aus durch Schreiberhau über Sophienthal ist einer der reizendsten und erinnert lebhaft an ähnliche Gegenden der Schweiz; doch die bald stark abschüssige, bald stark in die Höhe führende Bergstraße macht für Schwächliche und Rekonvalescenten das Fahren dorthin durch starke Erschütterungen beschwerlich. In einem besonderen Lokal sind die ausgezeichnet schönen und mannigfaltigen Glaswaaren, die in der Glashütte gearbeitet werden, zum Verkauf

ausgestellt. Der Besuch der Hütte, in welcher das Glas geschmolzen und durch Blasen geformt wird, ebenso der Schleiferei und der sonstigen zur Glasfabrikation gehörigen Anstalten ist Jedem gestattet. In der vortrefflich eingerichteten Restauration ist die Bewirthung gut und zufriedenstellend. Direkt von Warmbrunn aus braucht man drei Stunden, um zu Wagen nach der Josephinenhütte zu kommen. Wer vom Zackenfalle nach der Glashütte die Wanderung antreten will, den führt ein naher Waldweg dahin.

Der Hochstein, der schon dem hier anfangenden Isergebirge angehört, wird von klippigen Felsmassen gebildet, die am obersten Rücken des Schwarzenberges hochgethürmt 2768 F. über der Meeresfläche emporragen. Von ihnen aus genießt man eine weite, wahrhaft herrliche, prachtvolle Aussicht. Mit Entzücken richtet sich der Blick auf das warmbrunner, hirschberger und schmiedeberger Thal und erreicht über die Friesensteine gerade hinaus das flache Land im Norden und seitwärts die Lausitz im Westen. Verwirrt fast wird das Auge bei dem Anblick der vielen Städte, Flecken und Dörfer, die in dem weit geöffneten Sehkreise hingelagert und in dem großen vereinigten Thalgebiet durch Gebirgsreihen oder einzeln emporstehende Berge, zwischen welchen bunte Fluren sich durchziehen, unterbrochen erscheinen; fast ermüdet findet es endlich einen erhabenen Ruhepunkt an dem nahen Hochgebirge und der waldreichen Iser, bis hin zur 3379 F. hohen Tafelfichte. Von Warmbrun aus fährt man über Hermsdorf, Petersdorf, Schreiberhau bis zum Wirthshause, der Hochstein genannt. Hier und auch schon im Vitriolwerke sind Träger mit Tragsesseln in Bereitschaft für diejenigen, die dem sehr ermüdenden, anstrengenden Besteigen des Hochsteins zu Fuß überhoben sein wollen. Aber auch von der Josephinenhütte aus kann der Weg nach dem Hochstein genommen werden. In einem Schweizerhause dicht an diesem Felsen stehend, findet man Schutz und gute Bewirthung.

Der Hainfall, zu dem man von Warmbrunn über Giersdorf in einer Stunde gelangt, ist lieblich und malerisch, doch hinsichtlich seiner Höhe und Wassermenge unbedeutend gegen den Kochel- und Zackenfall. Vom Hochgebirge kommend, fällt der Hain 24 F. über steile Felsen herab und durchfließt ein wildes, waldiges Thal.

Die St. Annen-Kapelle liegt an dem westlichen Abhange des Gräbelberges, ungefähr in der Mitte desselben. Schon von dem Platze aus, auf welchem ein freundliches, zum Ausruhen und zur Labung ein-

ladendes Försterhaus nahe der kleinen Kirche steht, erfreut man sich einer reizenden, wenn auch mehr begrenzten Aussicht auf das Kesselthal und dessen Bergumgebungen; weiter hinauf jedoch, an die Gräbelsteine angelangt, wird die Landschaft, welche von dem warmbrunner, hirschberger und schmiedeberger Thal einerseits und dem Hochgebirge mit Anschluß der Iser andererseits gebildet wird, majestätisch und erhaben, und leicht wird das Geständniß des freudig bewegten Beschauers, daß er sich hier an einem Flecken Erde befinde, den Gottes Allmacht selten schöner geschaffen. Von Warmbrunn aus erreicht man über Giersdorf und Seidorf in $6/4$ Stunden die Annakapelle. In letzterem Dorfe sind im Kretscham wiederum Träger zu finden.

Die norwegensche Kirche zu Wang ist an dem Vorsprunge einer Berglehne des Brückenberges gelegen. Von dem Plateau aus, auf welchem die mit altem Schnitzwerk gezierte Kirche und das geschmackvoll gebaute Pfarrhaus stehen, hat man eine der schönsten Aussichten. Von Seidorf aus führt der Weg durch das lange und bergaufwärts sich hinziehende Dorf Brückenberg vor der Brotbaude vorbei zur Kirche. Man kann auch entweder von hier nach der Annakapelle, oder, wenn man auf letzterer zuerst gewesen, von dort nach dem Brückenberg die Wanderung fortsetzen.

Stonsdorf, anmuthig gelegen, wird von Warmbrunn aus in einer Stunde zu Fuß erreicht. Wenige Schritte entfernt von der Brauerei, deren treffliches Bier weit hin berühmt ist, steigt der Prudelberg zu einer Höhe von 1419 F. empor. Auf einer etwas steilen Steintreppe gelangt man auf dessen Gipfel, von wo aus man eine liebliche Aussicht genießt. Die ganz eigenthümliche Form dieses mit Bäumen bewachsenen Berges zieht beim ersten Anblick schon die Aufmerksamkeit eines Jeden auf sich. Am Abhange des wundersam gestalteten Prudels befindet sich auch die Rischmannshöhle, benannt nach einem Manne, welcher einst in derselben Prophezeiungen ausgesprochen haben soll. Nicht verabsäumt möge werden, die Heinrichsburg auf dem Stangenberge, ganz nahe bei Stonsdorf, zu besuchen; ein landschaftliches Panorama, wie es nicht leicht schöner zu sehen, wird der Lohn sein für die nur geringe Mühe, die das Hinaufsteigen auf den Burgthurm verursacht.

Erdmannsdorf ist kaum eine Stunde von Stonsdorf entfernt. Das königl. Lustschloß, die auf einer kleinen Anhöhe gelegene neue Kirche, der großartige Park mit seinen herrlichen Rasenplätzen und seinen spiegel-

glatten, seeähnlichen Teichen bilden inmitten einer reichbegabten Natur ein schönes Ganzes, das mannigfachen Genuß gewährt. Vom Rothersberg aus ist die Aussicht überaus lieblich. Der neue im Schweizerstyl gebaute Gasthof verdient empfohlen zu werden.

Buchwald besitzt einen Park, dessen Großartigkeit der Anlage nach und dessen Schönheit und sinnig wechselnde Mannigfaltigkeit mit Recht geeignet sind, einen tiefen freudigen Eindruck nicht zu verfehlen. Mit vielem Natur- und Kunstsinn sind in verschiedener Richtung auf großen Rasenplätzen Baumgruppen malerisch hingestellt, kleine Waldstriche dienen weitgedehnten grünen Wiesenflächen als Begrenzung, an verschiedenen Punkten befindliche Teiche bilden schöne Wasserspiegel, herrliche Blumenpartieen zieren hier und da die Umgebung des Schlosses, vielfach sich windende und hinschlängelnde Gänge führen zu Lauben, Grotten und einigen Höhen, auf deren einer eine Säulenhalle steht, von der aus man eine prächtige Aussicht genießt; auf einer andern wird die sogenannte Abtei angetroffen. Von der Gärtnerei aus gelangt man auf einen Fußpfad nach einem Berge, auf dessen waldigem Gipfel ein Wartthurm erbaut ist, von dem aus das Auge sich an dem Anblick des Gebirges und des gartenartigen Thales ergötzt. Ueber Stonsdorf und Erdmannsdorf braucht man von Warmbrunn aus 2½ Stunden, um bis an die Brauerei in Buchwald zu kommen.

Schildau, mit einem geschmackvoll gebauten Lustschlosse und schönem Park, hat gleichfalls eine anmuthige Lage; es ist im Besitz einer Prinzessin der Niederlande.

Fischbach, drei Stunden von Warmbrunn, gehört dem Prinzen Wilhelm von Preußen und verdient wegen seines schönen Parks und Schlosses, besonders aber wegen der nahen Falkensteine, auf denen man eine vorzügliche Aussicht hat, besucht zu werden.

Hirschberg hat einige recht lohnende, anziehende Spaziergänge in seiner nächsten Umgebung. Noch ehe man, von Warmbrunn kommend, nach Verlauf von 1¼ Stunde in die Stadt gelangt, führt dicht vor derselben rechts von der Kirche zum heiligen Geiste ein Fußweg nach dem

Kavalierberge, der von der Ressourcen-Gesellschaft in Hirschberg, deren Eigenthum er ist, schon vor langer Zeit in einen schönen Park umgewandelt und mit einem Gesellschaftshause versehen wurde. Von einigen Punkten aus genießt man anmuthsvolle Aussichten auf das Gebirge und das Thal.

Der Hausberg, im Westen der Stadt, ¼ Stunde von ihr entfernt, ist gleichfalls parkartig mit Bäumen bepflanzt. Auf seiner Höhe, wo einst im Mittelalter eine feste Burg gestanden, befindet sich jetzt ein freundliches Haus, zur Erholung der Gäste bestimmt. Der Blick auf die Stadt Hirschberg, jenseit des Zackens, der hier den Boberfluß aufnimmt, ist eigenthümlicher Art; auf das Hochgebirge jedoch gerichtet, findet er bald mehr, ja volle Befriedigung. Einen erhebenden Genuß gewährt das düstere, wilde schluchtartige, vom Bober durchschlängelte Thal des Sattlers, dessen man auf einem westlich gelegenen Felsenabhange ansichtig wird. In dem Thale selbst führt ein romantischer Weg am Saume des Bobers nach Weltende.

Der Helikon in der Nähe des Hausberges ist höher als dieser, und die Aussicht auf dessen Gipfel, den ein Friedrich dem Großen gewidmeter Tempel ziert, ist überaus schön und imposant. In geringer Entfernung steht ein zweiter Tempel, der dem Apollo geweiht ist.

Wem es gestattet ist, das Hochgebirge zu besteigen, dem sei als guter Wegweiser empfohlen: Wanderungen durch das Riesen- und Isargebirge u. s. w.; zu haben bei Gebrüder Liebl in Warmbrunn. Die kleine gute Schrift ist von einem Naturkundigen und Naturfreunde verfaßt, der, wie Wenige, das Riesen- und Isergebirge in allen Einzelheiten mit großer Genauigkeit kennt.

Die Bäder und die ihnen zugehörigen Heilanstalten.

Warmbrunn besitzt zwei warme Heilquellen, die mit Quadersteinen sorgfältig in Bassins gefaßt und, mit steinernen Gebäuden überbaut, zu Bädern eingerichtet sind. Beide Quellen entströmen der Erde in einer Entfernung von kaum 90 rhein. Fuß von einander und 264 F. von dem Ufer des Zackens fast mitten im Orte und haben wahrscheinlich einen gemeinschaftlichen Heerd. Aus einer Tiefe von beinahe 20 F. dringt mit großer Kraft das Wasser aus mehreren Rissen und Spalten einer Granitgebirgsmasse, die ein Gemenge zeigt aus fleischrothem Feldspath, grauem Quarz, schwarzem Glimmer und grünem Speckstein und mit einem bläulich grauem Thon von nur geringer Mächtigkeit überschichtet ist.

Das große Bad, auch das gräfliche genannt, besteht aus einer Rotunde, in welche zwei besondere Eingänge führen, und enthält zwölf heizbare Kabinette zum An- und Auskleiden. Das Bassin, von zirkelrunder Form und von einer runden Ballustrade umschlossen, hat 13 F. im Durchmesser und vom Wasserspiegel bis auf den Grund eine Tiefe von 12 F. Der Fußboden ist von Holz und durchbrochen und beinahe 5 F. tief gelegt. An den Wänden des rundum mit einer Holzvertäfelung versehenen Bassins sind hölzerne Sitze befindlich. Man steigt von zwei entgegengesetzten Seiten auf Stufen in einen kabinettartigen Raum, der durch einen Ueberbau der Stufen gebildet wird, und gelangt von da aus durch Thüren, die durch Vorhänge geschlossen sind, unmittelbar in das Bassin. Ein Abzugskanal, der nach dem Zacken führt, läßt beständig von oben das Wasser abfließen, so daß ununterbrochen dessen Erneuerung vor sich geht. An einer Wand über dem Bassin ist eine Uhre angebracht.

Das kleine Bad, auch das propsteiliche genannt, hat, wie das vorige, ein tempelartiges Kuppelgebäude von massivem Mauerwerk mit einem Vorbau, in welchem sich ein Versammlungszimmer befindet. Im Innern des Gebäudes wird, wie im großen Bade, durch die das Bassin umgebende Ballustrade einerseits und die Wände des Gebäudes andererseits eine Gallerie gebildet, von welcher aus man rundum in sechs heizbare Kabinette zum An- und Auskleiden gelangt. Von der Gallerie aus führen zwei gegenüberliegende Thüren in einen tiefer liegenden, schmälern runden Gang in das Bassin selbst. Die Stufen, auf welchen man in das Bad gelangt, haben einen Ueberbau von Gußeisen, der zu jeder Seite eine geschmackvolle kleine Vorhalle bildet, in welcher sich die Badenden beim Heraussteigen aus dem Bassin der nassen Wäsche entledigen. Das Bassin hat 8—9 Fuß im Durchmesser und eine Tiefe, die der des großen Bassins ziemlich gleich kommt. Der obere Theil ist gleichfalls mit Holzwerk vertäfelt. Der durchbrochene Holzboden, die Bänke und der Abzugskanal sind wie im großen Bassin angebracht. Mit einer Uhr ist auch dieses Bassin versehen. Wird das kleine Bassin bis auf den Grund ausgeschöpft, so füllt es sich in höchstens vier Stunden vollkommen wieder, während das große unter gleichen Umständen acht Stunden und noch darüber dazu nöthig hat. Man irrt vollständig, wenn man das Zuströmen des Wassers in den Bassins für gering erachtet. Angestellte Messungen haben ergeben, daß 8—9000 Pfund desselben in jeder Stunde aus den Felsenspalten emporströmen.

Das Leopoldsbad. Es ist dasselbe an der Ostseite des kleinen Bades angebaut und enthält außer einem kleinen Vorsaale ein großes Badezimmer, in welchem das Bassin sich befindet, und ein heizbares größeres Kabinett zum An- und Auskleiden. Das Bassin ist zirkelrund, mit großer Sorgfalt von Sandstein ausgeführt und durch starke Verkittung wasserdicht gehalten, hat einen Durchmesser von 6 F. 3 Z., eine Tiefe von 4 F. 3 Z. und einen kubischen Inhalt von 130 Kubikfuß; ringsum ist das Bassin mit Sitzen versehen. Eine zinnerne Röhrenleitung führt in dasselbe unmittelbar aus dem Grunde des kleinen Bassins das Wasser, welches wiederum an der obern Fläche durch einen Kanal abfließt. Der auf diese Weise jeden Augenblick erneuerte Wasserzufluß ist auch der Grund, daß der Wirkung desselben kein Abbruch geschieht.

Die Kur-Wannenbäder. Sie befinden sich in dem bereits früher erwähnten, an das große Bad anstoßenden massiven Gebäude. Die Bade-Kabinette sind einfach, aber zweckmäßig eingerichtet und stets höchst sauber gehalten. Ein jedes derselben enthält in einer Vertiefung eine Zink-Wanne, ferner einen kleinen Tisch mit marmorner Platte, einen Sessel und einen Spiegel; vor jeder Wanne liegt eine Friesdecke ausgebreitet. Das warme Heilwasser wird durch ein Pumpwerk aus der Tiefe der Quellen theils in ein hölzernes, großes, engüberdecktes Reservoir, theils in einen kupfernen luftdicht verschlossenen Kessel, in welchem es noch mehr erwärmt wird, geleitet. Aus beiden führen kupferne, jedoch verzinnte Röhren, die in den Badekabinetten dicht über den Wannen ausmünden und allda mit messingnen Hähnen versehen sind.

Die Fall-, Frottir- und Regen-Douche-Bäder sind gleichfalls in dem genannten Hause. Das Wasser wird vom Grunde der warmen Heilquellen aus durch ein Pumpwerk bis zum obersten Geschoß des von der Mitte des zweiten Stockwerks thurmähnlich in die Höhe geführten Gebäudes gehoben, gelangt hier in überdeckte hölzerne Behälter und von diesen in einen eisernen Kessel, in welchem es bis auf 25 Grad R. erwärmt und von da wiederum in kupferne Kessel geleitet wird, aus denen es durch kupferne Röhren, die in biegsame, hanfene, wasserdichte Schläuche ausgehen, gegen 50 Fuß herabfällt. An das Ende derselben werden messigne Hauben mit Oeffnungen von verschiedener Größe angeschraubt, je nach der Stärke, die der Wasserstrahl bei Anwendung der Douche haben soll. Der gewöhnlichen Falldouchen giebt es zwei. Die Zimmer, in denen sie befindlich sind, werden gut geheizt. Jedes derselben hat auch

ein gut eingerichtetes, mit Sophas, Sesseln und sonst Benöthigtem versehenes und stets angenehm erwärmtes Nebenzimmer zum An- und Auskleiden. Die Frottir-Douche ist ebenfalls in einem besonderen Zimmer eingerichtet. Die Vorrichtung besteht außer dem Apparat zur gewöhnlichen Douche in einem Bassin von ovaler Form, welches durch eine in den Boden eingelassene 3 Ellen lange, 2½ Ellen breite und 1½ Elle tiefe Wanne gebildet wird. In dieß Bassin begiebt sich der Kranke und wird daselbst von einem hierzu besonders eingeübten Douche-Meister, oder einer Douchemeisterin, während aus der Doucheröhre ein starker Wasserstrahl auf die kranken Körpertheile unausgesetzt herabfällt, kunstgerecht frottirt, gestrichen, geknetet und gerenkt. Ein Abzug führt das in's Bassin strömende Wasser wieder fort. Das Regenbad, falls es benutzt werden soll, kann in einer der Douchen durch eine besondere Vorrichtung hergestellt werden. In gleicher Weise verhält es sich mit dem Tropfbade.

Die Vorbereitungs-Bäder. Sie bilden eine besondere Anstalt in der ehemaligen Probstei und sie besteht aus 10 netten, reinlichen Badekabinetten, von welchen 6 für die Badenden erster und zweiter Klasse und 4 für die dritter Klasse bestimmt sind. Ihr Hauptzweck ist, hier die gesetzlich unerläßlichen Vorbereitungsbäder zu nehmen, ehe man die Bassins selbst betritt. In dieser Anstalt werden aber auch Malz-, Milch-, Kräuten-, Seesalz- und künstliche Stahlbäder bereitet, wenn solche von Kurgästen laut Verordnung verlangt werden.

Die Trinkanstalten

begreifen in sich:

I. **Die Trinkquelle** in einem eigens zum Trinken eingerichteten Zimmer. Sie ist als eine dritte für sich bestehende Quelle zu betrachten, die in derselben kesselartigen Felsaushöhlung sich vorfindet, welche zugleich auch jene enthält, die das kleine Bassin mit ihrer Wassermasse füllt. Diese Quelle, welche zum Trinken benutzt wird, strömt empor aus einer Felsenspalte auf dem Grunde der bezeichneten Tiefe und ist völlig wasserdicht abgeschlossen. Eine Röhre von englischem Zinn, die auf einer Holzröhre 4 F. unter dem Wasserspiegel aufsitzt, leitet das Wasser nach dem Trinkzimmer im Vorbau des kleinen Bades, woselbst es von einem Trinkmeister den Trinkenden verabreicht wird.

II. **Die Molkenbereitungs-Anstalt.** Sie befindet sich bis jetzt noch in einem geeigneten Privatlokale und steht unter strenger Aufsicht der Badeärzte. Die süßen Molken werden von Ziegenmilch bereitet und den Trinkern des Morgens von 5 Uhr an in einer Halle auf der Promenade, die geradeüber der Gallerie gelegen ist, verabfolgt. Jeder der Trinkenden hat seine eigene, mit seinem Namen bezeichnete Flasche, und ein geeigneter Erwärmungsapparat hält die Molke in stets gleichmäßiger Temperatur.

III. **Die Einrichtung zum Gebrauch fremder Brunnen.** Auf Veranlassung der Bade-Administration werden alljährlich fast sämmtliche fremde Brunnen, sowohl die natürlichen als künstlich bereiteten, von den verschiedenen Brunnenanstalten direkt bezogen und stets frisch in einem kühlen Gewölbe vorräthig gehalten. Auf diese Weise kann den Verordnungen der Aerzte, denen zufolge dieser oder jener fremde Brunnen neben dem Gebrauch der Bäder in Anwendung kommen soll, Genüge geleistet werden. Von des Morgens 5 Uhr an sind sämmtliche fremde Brunnen auf der Promenade in der Nähe der Gallerie für die Trinkenden in Bereitschaft gehalten. Die Verabreichung geschieht von eigens dazu an verschiedenen Punkten des bezeichneten Platzes aufgestellten Leuten, welche die Brunnenflaschen in hölzernen, mit kaltem Wasser gefüllten Gefäßen vorräthig halten.

Die Elektrisir-Anstalt befindet sich in demselben Gebäude, in welchem die Kurwannen- und Douche-Bäder sind. In einem ovalen, schönen Salon von 23 F. Länge 15 F. Breite und 345 Quadrat-Fuß Flächenraum sind zwei große Elektrisirmaschinen in großer Vollständigkeit und ein galvanischer Apparat aufgestellt.

Die Bade-Armenanstalt, ein unvergängliches Denkmal des Wohlthätigkeitssinnes seines menschenfreundlichen, edlen Stifters, des letztverstorbenen Reichsgrafen und freien Standesherrn Leopold Gotthard Schaffgotsch, befindet sich in einem eigens dazu erbauten schönen, großen, geräumigen, lichtvollen Hause von zwei Stockwerken. In dem untern Stockwerke links ist ein 29 Fuß langer, 18 Fuß breiter und 13 Fuß hoher Saal mit 12 bequemen, zweckmäßig versehenen Lagerstätten und den übrigen nöthigen Utensilien nebst der zugehörigen Wäsche zur Aufnahme der Frauen, und rechts ein ganz gleich geräumiger Saal mit eben so viel Lagerstätten und dem sonst Benöthigten zur Aufnahme der Männer. Zwei kleinere, isolirt gelegene Zimmer sind noch außerdem

für besondere Fälle daselbst vorhanden. Im obern Stockwerk sind sechs sehr gut eingerichtete Zimmer befindlich, bestimmt, arme Kranke aus den gebildeten Ständen aufzunehmen, und die Wohnung des Inspektors der Anstalt. In Gemäßheit der Fundirung dieser Anstalt erhält jeder Kranke bei freier Aufnahme in dieselbe und freier Badekur täglich 2 Sgr. 10 Pf., um sich nach Belieben zu verpflegen. In Fällen, welche die Anwendung von Medikamenten nöthig machen, werden diese unentgeldlich verabreicht. In dem Hause herrscht überall die größte Ordnung und die sorgfältigste Reinlichkeit. Dem Hausinspektor ist die Aufsicht der Anstalt übertragen und dieser steht seinem Amte mit Hingebung für die armen Kranken vor. Die beiden Badeärzte unterziehen sich der Behandlung der Kranken. Zwei Wärterinnen sind zu deren Pflege, der Reinhaltung der Zimmer und der Wäsche angestellt. Die Frau des Hausinspektors besorgt die Küche für die, welche im Hause selbst beköstigt sein wollen. Kranke, deren Uebel unheilbar sind, so auch die, welche an offenen Schäden, Ausschlägen, ansteckenden oder sonst häßlichen Krankheiten leiden, werden in die Anstalt nicht aufgenommen.

Personen, welche ihre Armuth durch ein obrigkeitliches und die Nothwendigkeit der Badekur durch ärztliches Zeugniß nachweisen können, denen jedoch wegen Mangel an Platz die Aufnahme in der Kranken-Armenanstalt versagt werden muß, erhalten bis zu einer bestimmten Anzahl freie Kur und eine wöchentliche Geldunterstützung aus der durch freiwillige Beiträge der wohlhabenderen Kurgäste gebildeten Bade-Armenkasse; die Mittel, die ihr zu Gebote stehen, sind aber leider nicht ausreichend, um allen Bedürfnissen solcher Dürftigen zu genügen, so daß sie mit etwas Geld noch von Hause versehen sein müssen, um das Fehlende zu ihren Ausgaben decken zu können. Die Meldungen zur Aufnahme in die Bade-Armenanstalt und zur freien Kur müssen wegen des großen Andranges spätestens bis Ende Januar jeden Jahres unter Beilegung der nöthigen Atteste bei der reichsgräflichen Bade-Administration in Warmbrunn geschehen.

Physische und chemische Eigenschaften der Heilquellen.

Physische Eigenschaften.

Das spezifische Gewicht des Heilwassers im kleinen Bassin ist 1,000123, im großen Bassin unbedeutend größer; die Temperatur des Wassers im kleinen Bassin + 29 ° R., im Grunde desselben 30¼, im großen Bassin + 28 ° R., im Grunde + 30 ° R., die der Trinkquelle + 30 °. Die Farbe des in Masse betrachteten Heilwassers spielt in's Bläulich-Grünliche; auch bemerkt man auf der Oberfläche des Bassinwassers kaum sichtbare Atome einer grünlich-weißen Substanz, welche sich nach und nach zu grau-schwarzen oder braunen Flocken bilden, die sich an die Wände des Bassins anlegen, zu Boden sinken und zur Entstehung des Badeschwammes Anlaß geben. Sonst ist das Wasser von vollkommener Klarheit und Durchsichtigkeit; in Folge eines chemischen Zersetzungsprozesses, der an der oberen Wasserfläche vorgeht und sich so oft wiederholt, als letztere durch Bewegung während des Badens erneuert und der Einwirkung der athmosphärischen Luft ausgesetzt wird, trübt es sich jedoch und nimmt nicht selten eine weißliche, den Molken ähnliche Farbe an. Der Geruch des Heilwassers, aus welchem beständig kleinere und größere Luftblasen aufsteigen, die an der Oberfläche desselben platzen, ist ähnlich der Schwefelwasserstoffsäure. Er ist schwach, wenn nicht gebadet wird, entwickelt sich aber um so stärker, je mehr und je öfter Badende in den Bassins sich befinden. Dem warmen Heilwasser entsteigen fortwährend Dämpfe, die beim Erkalten als Salze in Gestalt nadelförmiger Krystalle oder auch flockiger Massen an den Wänden und dem Boden im Innern der Gebäude, welche die Bäder enthalten, niedergeschlagen werden. Die Dämpfe schwärzen und zerstören Holz und Metalle. Der Geschmack ist weichlich, fade, etwas bitter und schwach schweflicht. Das erkaltete Wasser hat keinen hervorstechenden Geschmack. Merkwürdig ist es, daß in dem Warmbrunner Schwefelwasser, trotz seiner Wärme, ein kleiner Käfer (Dysticus parvulus), wie er ähnlich in Pisa vorkommt, in voller Munterkeit lebt. Die erwähnten, auf der Oberfläche des Wassers schwimmenden Flocken bestehen aus einer, warmen Quellen eigenen Moosart.

Chemische Eigenschaften.

Die chemische Beschaffenheit der warmbrunner Heilwässer weist ihnen eine Stellung unter den laugisch-salzigen Schwefelquellen an.

Nach der im Jahre 1823 vom Professor Fischer unternommenen chemischen Analyse, welche von der 1836 und 1839 wiederholten nur wenige Abweichungen zeigt, enthalten 1000 Kubikzoll des Heilwassers

	1. im großen Bassin:	2. im kleinen Bassin:
Schwefelsaures Natrum	69,4 Gr.	64,6000 Gr.
Kohlensaures Natrum	34,4 "	34,5000 "
Basisch salzsaures Natrum	20,7 "	18,3000 "
Salzsaures Ammonium	2,7 "	2,0000 "
Schwefelsaure Kalkerde	— "	0,5000 "
Kohlensaure Kalkerde	5,2 "	5,7000 "
Kohlensaure Talkerde	0,9 "	1,2000 "
Phosphorsaure Thonerde	1,0 "	0,5000 "
Kieselerde	33,5 "	23,9 "
Auflösliche organische Stoffe	5,5 "	5,3000 "
Unauflösliche organische Stoffe	2,8 "	2,5 "
	176 Gr.	159 Gr.
Stickgas	17,6 Vol.	17,5 Vol.
Kohlensäure	6,1 "	5,2 "
Schwefelwasserstoffgas	unbestimmt.	unbestimmt.

Zufolge der zuerst im Jahre 1823 von dem Apotheker Tschörtner angestellten Analyse wäre außer 1,535 Gr. kohlensauren Ammoniaks noch 0,1250 Gr. Eisen in 1000 Kubikzoll Wasser enthalten.

Die chemische Analyse des Badeschlamms, der als Zersetzungsprodukt der Bestandtheile des Heilwassers auf dem Grunde des Bassins sich ansammelt, ist vom Apotheker Tschörtner gleichfalls im Jahre 1823 unternommen worden. Nach ihr enthält der Badeschlamm kohlensaure, schwefel- und phosphorsaure Kalkerde, kohlensaure Talkerde, Thonerde, Kieselerde, Eisenoxyd, fetthaltige Bestandtheile und Stickstoffkohle, Ammoniak, blausaures, thierisches Oel (?), Schwefelwasserstoffgas, Kohlenwasserstoffgas und Stickgas. Im feuchten Zustande ist der Badeschlamm von schwarzer Farbe, hat ein lockeres, schaumichtes Ansehen und einen schwachen Geruch nach Schwefelwasserstoffsäure.

Die chemische Analyse der Salze, welche an den Wänden und Fußboden anschießen, ergab, daß sie aus schwefelsaurem Kalk und schwefelsaurem Natrum bestehen.

Die allgemeinen und besonderen Wirkungen der Heilquellen.

Die allgemeinen Wirkungen.

Die warmen Schwefelquellen in Warmbrunn sind im Allgemeinen in ihrem Einfluß auf den Organismus des Menschen von so entschieden großer Bedeutung, daß es vollkommen gerechtfertigt erscheint, ihnen unter den warmen Schwefelquellen Deutschlands gleich hinter Aachen den Rang einzuräumen. Aachens sowohl als Warmbrunns Thermen gehören zu den auflösenden, die Säfte umstimmenden, zugleich aber reizend, erregend, durchdringend wirkenden Heilquellen; allein Warmbrunns warme Schwefelquellen haben das voraus, daß sie diese Wirkungen mit größerer Milde ausüben, als die zu Aachen, weil letztere sie sowohl an Höhe der Temperatur als auch an ungleich größerem Gehalt an festen Bestandtheilen, namentlich an Kochsalz, übertreffen.

Sanft belebend, alle Thätigkeiten der Organe des menschlichen Körpers kraftvoller anregend, haben die warmbrunner Heilquellen eine besonders genaue Beziehung zu folgenden höchst wichtigen Theilsystemen des Menschen-Organismus.

I. **Zum Unterleibs-Blutadersysteme.** Die haarfeinen Blutader-Gefäßnetze des Magens, des Darmkanals, der Speicheldrüse, der Lymphdrüsen und der Milz gehen, nachdem sie vielfältig Aeste und Zweige gebildet, in drei Hauptäste aus, die insgesammt sich endlich zu einem beträchtlichen Gefäßstamme vereinigen, dem die Wissenschaft den Namen „Pfortader" beigelegt hat. Von diesem Gefäßstamme, der, wie die bezeichneten, der Verdauung und Ernährung vorstehenden Organe, im Unterleibe gelegen ist, gehen wiederum Zweige aus, die in die Leber hinein sich verästeln und bald so dünn, so fein werden, daß sie daselbst gleichfalls die Gestalt von Haargefäßnetzen annehmen. Auch aus diesen entspringen allmälich durch Ast- und Zweigbildungen stärkere Gefäßzweige, die aus der Leber heraustreten und das Blut durch Vermittelung eines andern großen und sehr umfangreichen Blutaderstammes dem Herzen zuführen, von welchem aus es den Lungen übergeben wird. Dieser ganze und eigenthümlich angeordnete Gefäßverband der Blutadern des Unterleibes, der hier eine von dem übrigen Blutaderkreislaufe des Körpers abge-

schlossene Blutbahn begränzt, wird das „Pfortadersystem" genannt. Das ganze Blut, welches durch die Blutadern sämmtlicher Verdauungs-Organe und Lymphdrüsen des Unterleibes zurückfließt, sammelt sich, nachdem es auf dem bezeichneten Wege seine brauchbaren Bestandtheile abgegeben, mit abgenutzten, zur Ausscheidung aus dem Körper bestimmten Stoffen überladen, in der Pfortader und erwartet in ihrem Bereiche einen Reinigungsprozeß, ehe es wieder weiter in die Zirkulation gebracht werden soll. Diese Befreiung von ferner unbrauchbaren und darum schädlichen Bestandtheilen wird dem Blute in der Leber, wohin es die Verzweigungen der Pfortader leiten, dadurch nämlich, daß daselbst die untauglichen Stoffe in Galle umgeschaffen und als solche zum bei weitem größten Theile mit den Darmausscheidungen aus dem Körper weggeführt werden. Der Art gereinigt, strömt nunmehr das Blut mit vollerer Lebensbefähigung den bezeichneten Gang weiter. — Möge es dem Nichtarzte nicht überflüssig erscheinen, hier einmal ein getreues, begreifbares Bild entworfen zu finden von einem Gebiet der Blutbewegung im menschlichen Körper, welches, als Pfortadersystem bekannt und häufig genannt, der Heerd ist der meisten Unterleibsleiden und vieler andern gewichtigen Krankheiten.

Warmbrunns Heilquellen vermögen durch eine eigenthümliche Kraft, die ihnen innewohnt, Unordnungen, welche die Blutbewegung im Bereiche der Pfortader erfährt, mit aller nachtheiligen Rückwirkung auf die Organe der Verdauung, Ernährung und Gallenbildung zu regeln und auszugleichen.

II. **Zu dem Saugader- und Drüsen-Systeme.** Die Saugadern oder Lymphgefäße, weißliche und auch farblose, durchsichtige, sehr dünnwändige Röhren, führen eine das Blut nahrhaft erhaltende Flüssigkeit, die außerdem in ihnen selbst noch eine zweckdienliche Veränderung erleidet. Ein Theil derselben, und zwar die am Darmkanal befindlichen, leitet den Speisesaft, welchen sie aus den verdauten Nahrungsmitteln aufsaugen; ein anderer Theil, der sein Netz durch den ganzen Körper verbreitet, führt Lymphe, d. h. nährende Stoffe, die bei der Ernährung aller Körpertheile als überflüssig abgesetzt worden sind. Ihren Inhalt ergießen die Saugadern durch schlauchartige Kanäle in das Blut, kurz bevor dasselbe in das Herz zurückgeführt wird, um, nachdem es durch den ganzen Körper geflossen und ihm auf diesem Wege seine Nährstoffe abgegeben, wieder in die Lungen zu gelangen, woselbst die dem Blute von

neuem beigemischte Lymphflüssigkeit wiederum in nährendes Blut umgewandelt wird. In ihrem Verlaufe bilden die Lymphgefäße durch netzartige Verschlingungen gruppenweise zerstreut liegende, rundliche, mit vielen kleinen Blutgefäßen umsponnene Knoten; dies sind **die Lymphdrüsen**. In ihnen erfährt der, von jedem einzelnen Lymphgefäß durch eine solche Drüse durchgeführte Nahrsaft eine abermalige, ihn seiner Bestimmung näher führende Umänderung.

Gerathen die Lymphgefäße und Drüsen, wie dies häufig geschieht, in eine krankhaft verminderte Erregbarkeit, mit der zu gleicher Zeit eine verringerte Kraft, ihren flüssigen Inhalt fortzubewegen, verbunden sein muß; entstehen in Folge dessen unausbleibbare Ueberfüllungen und Stokkungen der Lymphe in genannten Organen, wodurch wiederum letztere die nöthige Fähigkeit verlieren, den Nährsaft des Blutes naturgemäß umzuändern: dann sind Warmbrunns warme Schwefelthermen durch die erregende und lebhafter bethätigende Wirkung, die sie auf das Lymph- und Drüsen-System ausüben, in vielen Fällen geeignet, deren Funktionsstörungen zu beseitigen und Krankheiten, die sich aus ihnen entwickeln, zu heilen.

III. **Zum Fasersysteme.** Im weiteren Sinne gehören zu ihm alle Organentheile, die ein faseriges, elastisches Gefüge haben; es umfaßt die Muskeln, welche der thierischen Bewegung dienen, die Sehnen, welche die Ansätze der Muskeln bilden, die Bänder der Gelenke und die Gelenkkapseln, durch welche natürlich getrennte Knochen zusammengehalten und gelenkig gestaltet werden, und die Faserhäute, welche als größere und kleinere Säcke und Blasen verschiedene Organe, wie z. B. die Lungen, das Herz, umfassen. Diese Gebilde werden häufig der Sitz sehr schmerzhafter Krankheiten, obgleich manche unter ihnen, z. B. die Bänder, die Sehnen, im gesunden Zustande nur ein geringes Empfindungsvermögen besitzen. Solche Krankheiten entstehen nicht selten dadurch, daß unter gewissen begünstigenden Umständen Stoffe, welche von Ausscheidungsorganen, wie beispielsweise der Haut, den Nieren, ausgeführt werden sollen, auf jene Gebilde überpflanzt werden, diese dann reizen, durchdringen und umfangsreicher und weniger elastisch machen, oder daß durch gewisse äußere Einflüsse die Nerven jener Gebilde gereizt werden und mehr Blut, als gewöhnlich, zu ihnen strömt, das sich daselbst anhäuft und stockt, in Folge dessen sie angeschwollen und weniger nachgiebig werden. In oft wunderbarer Weise sind die warmbrunner Heilquellen im Stande, durch

Regulirung der Thätigkeiten in den Ausscheidungsorganen und direkt durch Einwirkung auf die Nerven und das Blut dergleichen Krankheiten zu entfernen und eine Schmelzung und Beseitigung der in den Faserorganen fest haftenden angesammelten und erstarrten krankhaften Stoffe zu bewerkstelligen.

IV. **Zur äußeren Haut.** Sie umkleidet die äußere Oberfläche des Körpers, giebt für ihn ein Schutzmittel ab, insofern sie die Einwirkung mancher äußern schädlichen Potenzen theils abhält, theils mildert, ist der Sitz des Tastsinnes, trägt zur Bildung und zum Reinigungsprozeß des Blutes wesentlich bei, dadurch, daß sie, ähnlich wie die Lungen, atmosphärische Luft aufnimmt und dem Blute zuwendet und Stoffe, die für das Leben unbrauchbar geworden sind, in Dunst- oder Schweißform aus dem Körper aussondert, und steht durch ihre organische Gesammtthätigkeit mit den innern Organen, besonders mit denen des Unterleibes, in inniger Beziehung. Geschieht es, daß diese ihre wichtigen Thätigkeiten durch irgend eine äußere Ursache geschwächt oder gar unterdrückt werden, und erkranken in Folge dessen andere Körpertheile in einer bestimmten, bei Besprechung der speziellen Krankheiten näher anzugebenden Richtung, ohne daß zugleich im Blute eine erhebliche Aufregung entsteht, so vermögen die Heilquellen Warmbrunns durch Wiederherstellung eines normalmäßigen Hautlebens jene Krankheiten, oft der gefährlichsten Art, zu bekämpfen. Auch wenn in der Haut selbst krankhafte Stoffablagerungen stattfinden, wie dies beispielsweise bei Hautausschlägen der Fall ist, sind die Schwefelquellen Warmbrunns von überaus heilsamer Wirkung, vorausgesetzt, daß ein solches Hautübel von einem anderen Krankheitsprozesse in ursächlicher Abhängigkeit gehalten wird, der von diesen Heilquellen eine sichere Ausgleichung zu erwarten hat.

V. **Zu dem Schleimhautsysteme.** Die Schleimhäute bilden einen Ueberzug der innern Oberfläche des Körpers und kleiden auch dessen offene Höhlen, wie Nase, Mund, Ohren u. s. w., aus und bestehen in einem weichen, schwammigen, mit Blutgefäßen und Nerven reich versehenen Zellengewebe, auf dessen nach außen zugewendeter Fläche sackförmige Hervorragungen, Schleimbälge, sich befinden, die den Schleim absondern. Auch durch das Absonderungsprodukt der Schleimhäute werden Stoffe aus dem Körper geführt, die gleichsam als Schlacke betrachtet werden können, obgleich diese Häute auch noch den Nebenzweck haben, gewisse Organe schlüpfrig zu erhalten. Gar mancher Krankheitszustand, der an dem war-

men Schwefelwasser Warmbrunns ein zuverlässiges Heilmittel findet, geräth im Gange seiner Entwickelung durch verschiedentliche Ursachen, um bildlich zu sprechen, gleichsam auf Abwege; anstatt daß der betreffende Krankheitsprozeß auf dem ursprünglichen Gebiete des Organismus, in dem er angeregt worden, naturgemäß seine Phasen durchläuft, wird durch eine Ueberpflanzung des Krankheitsreizes auf diese oder jene Schleimhautabtheilung des Körpers letztere in Mitleidenschaft gezogen. In solchen Fällen gelingt es oftmals den Heilquellen Warmbrunns, den Krankheitsprozeß von den Schleimhäuten wieder abzuwenden und ihn von da auf sein ursprüngliches Terrain zurückzuführen und zuletzt auch hier aufzuheben, wobei jedoch bemerkt zu werden verdient, daß ihnen eine direkte Einwirkung auf die Schleimhäute nicht abgeht.

VI. **Zu dem Nervensysteme.** Vom Rückenmark strahlen zwei Reihen von Nerven aus, von denen die einen die Bewegungen, die willkürlichen und unwillkürlichen, die anderen die Empfindungen des Körpers vermitteln. Das Gehirn ist der Blüthepunkt des Gesammtnervensystems und der Träger, gleichsam die materielle Unterlage, des Geistigen im Menschen. Im Gehirn auch entspringen die Nerven der höheren Sinnesorgane, die ursprünglich mit keiner andern Funktionskraft als mit der des betreffenden Sinnes begabt sind; so sind die Sehnerven nur Vermittler der Sehkraft, die Gehörsnerven nur Vermittler der Hörkraft u. s. f., und nichts weiter als dies. Wenn die Sinnesorgane dennoch empfindlich sind und einzelne derselben, wie die Augen, die Zunge, sich auch noch zu bewegen vermögen, so geschieht dies durch andere, der Empfindung und Bewegung vorstehende Nerven, die zu den Sinnesnerven hinzutreten. Häufig steigert sich das Nervenleben bald in der Sphäre der Empfindung, bald in der Sphäre der Bewegung; dann entsteht krankhafte Empfindlichkeit, Schmerz verschiedenen Grades einerseits und krankhafte, der Willkür meist sich entziehende Beweglichkeit, Krampf, andererseits, oder beides kann zugleich stattfinden. Es kann aber auch sein, daß das Empfindungs- und Bewegungsleben der Nerven verschiedener Körpertheile unter den Normalgrad herabgesetzt wird. Ist dies geschehen, so treten Zustände, den vorigen entgegengesetzt, ein; die Empfindung in den betreffenden Körpertheilen stumpft mehr oder weniger, auch gänzlich ab, oder die Bewegung vermindert sich in niedrigerem oder höherem Grade, oder schwindet vollkommen. Ist die Lebenskraft der Nerven in der angedeuteten Weise krankhaft abgeändert, ohne daß organische Verände-

rungen der Nerven selbst zum Grunde liegen; bedingen vielmehr eigen geartete Krankheitsreize nur eine Spannung, Bedrückung, Hemmung der Nerven, und zwar solche Krankheitsreize, die, wie beispielsweise der gichtische, hämorrhoidalische, rheumatische, durch die warmen Schwefelquellen Warmbrunns nicht nur abgestumpft, sondern auch zerstört werden können: dann werden unzweifelhaft diese Heilquellen ein zuverlässiges Mittel abgeben, die derartig naturwidrige Thätigkeit oder Unthätigkeit der Nerven zu reguliren, nicht zu gedenken, daß im Allgemeinen in ihnen auch die Kraft liegt, selbst eine direkte Steigerung des Lebens in der empfindenden und bewegenden Nervensphäre herabzusetzen und, wenn es dem Gesammtnervensystem an Energie gebricht, diese zu heben.

Die Wirkungen in besonderen Krankheiten.

I. In Krankheiten, die in dem Unterleibs-Blutader-System ihren Ursprung nehmen.

1) **In der Gicht.** Man irrt vollständig, wenn man glaubt, daß die so oft heftigen, bohrenden und nagenden, meist mit Geschwulst und glänzender, dunkler Röthung verbundenen Schmerzen in den Gelenken, wie sie bei der Gicht vorkommen, die Gicht selbst seien; vielmehr sind diese Schmerzen nur eine vereinzelte Erscheinung der Krankheit, und zwar eine solche, die noch dazu die Entscheidung, die Entfernung des eigentlichen und wahren Uebels mit sich führt, also gewissermaßen schon den Endpunkt desselben bildet. Der Heerd der Gicht ist der Unterleib: die Pfortader in ihrer Verzweigung und die Organe der Verdauung und Gallenbildung, die mit ihr in enger funktioneller Verbindung stehen. Die ersten Krankheitserscheinungen, die sich als Vorläufer der Gicht ankündigen, bestehen darum auch in der Regel in einem Gefühl von Druck und Völle im Unterleibe, in Unregelmäßigkeiten der Gallen- und Darmausscheidung und in Verdauungsbeschwerden.

Durch eine eigenthümliche Stimmung, in welcher der Körper vermöge einer dazu ererbten Anlage gehalten wird, die durch eine bestimmte Körper-Constitution sich verdeutlicht und im reiferen Alter ihren Höhepunkt erreicht, entsteht, begünstigt durch eine fehlerhafte Lebensweise, eine Geneigtheit zu ungleichmäßiger und verlangsamter Bewegung des Blutes in dem, ein geschlossenes Ganze bildenden Blutadergebiete des Unterleibes. Daselbst kommt es unter solchen Umständen leicht zu Blutüberfüllungen und Blutanhäufungen, weil das von den Verdauungs-Organen in die

Pfortader zurückströmende Blut nun nicht mehr in der gesetzlichen Zeitfrist vollständig weiter geschafft werden kann, um dem neu zufließenden Platz zu machen; bis zu einem gewissen Grade gelangt, drängt das übermäßig angehäufte Blut der Pfortader gewaltsam nach der Leber, und dieses Organ muß mehr Blut aufnehmen, als es naturgemäß aufnehmen soll. Die Folge davon ist eine zweifache: die Leber kann vorerst selbst bei angestrengterer Thätigkeit nicht alles Blut, welches aus der Pfortader ihr aufgenöthigt wird, dem ihm hier angewiesenen Reinigungsprozesse unterwerfen, und ein Theil desselben, da das Ganze weiter soll, kommt also mit bereits abgenutzten, zur Ausscheidung bestimmt gewesenen Stoffen in die übrige Blutmasse, und es dauert nicht lange, so zirkulirt im ganzen Körper ein Blut, welches ziemlich ähnlich beschaffen ist, wie das in der Pfortader, so daß der Unterschied zwischen Blutader-Blut und Schlagader-Blut nicht mehr scharf genug besteht; die Leber wird aber auch durch die anhaltend stärkere Thätigkeit endlich übermüht, sie kann alsdann nicht Alles in sie strömende Blut weiter schaffen, und so bilden sich denn nun auch Blutstockungen in ihr, die ihre Funktion noch mehr und empfindlicher beeinträchtigen. Da auf diese Weise die Gallenbildung gestört und selbst verändert wird, die Galle aber unbedingt bis zu einem gewissen Maaße und von einer gewissen Beschaffenheit für die normalmäßige Verdauung nothwendig ist, so fängt nun auch diese an leidend und als fehlerhafte Verdauung mit entschiedener Neigung zu Säuernbildung im Magen und Darmkanal in den Kreis der Krankheitserscheinungen hineingezogen zu werden. Der Nahrsaft des Blutes, der das Endergebniß des Verdauungsprozesses ist, kann alsdann unmöglich mehr von naturgemäßer Beschaffenheit sein; die Nahrung aber und überhaupt die ganze Lebensweise Derer, die von Gicht befallen zu werden pflegen, ist in der Regel von der Art, daß bei der vorhandenen Gichtanlage und dem abgeänderten Zustande der Verdauung stickstoffhaltige Stoffe im Blute im Uebermaaß erzeugt werden, welche die Bestimmung haben, durch die Nieren aus dem Körper ausgeschieden zu werden. Dieses Uebermaß aber macht es den Nieren unmöglich, alle jene Auswurfs-Stoffe dem Blute zu entziehen, so viel derselben auch mit dem Urin in der Regel weggehen; sie bleiben daher zum Theil mit den schon bezeichneten anderen, zur Aussonderung reif gewesenen Stoffen im Blute zurück und suchen endlich einen andern als den natürlichen Ausweg, damit der Körper wieder von der ihn krank machenden Belastung frei werde. Die für die Nierenausscheidung bestimmten Stoffe finden Absatz-

orte an den Gelenken der Füße und Hände, vielleicht weil das Gewebe-system der Gelenk-Apparate in einer Art verwandtschaftlicher Beziehung zum Hauptheerde der Krankheit steht; dort werden sie aus dem Blute, welches in der Gicht auch reicher an Faserstoff und gerinnbarer als gewöhnlich ist, in flüssiger Gestalt gleichsam ausgeschwitzt, reizen als etwas Fremdartiges und Scharfes die Nerven, wodurch Schmerzen entstehen, füllen die Gelenke an und machen sie anschwellen und drücken auf die benachbarten Blutgefäße durch ihre Masse, wodurch das Blut nicht gehörig fortfließen kann, sich anhäuft und stockt, und darum stärker durchscheint, in Folge dessen die Theile sich röthen. Diese in den Gelenken ausgeschwitzte Flüssigkeit enthält unter anderen einen Hauptstoff des Harns, die stickstoffreiche Harnsäuere, welche, wie die gleichzeitig in derselben vorkommende Milchsäuere, Phosphorsäuere und rosige Säuere, an Pflanzenalkali (Natron) und Kalkerde gebunden ist (einen Stoff, der auf natürliche Wege erst im Harn selbst durch andere hinzutretende Stoffe löslich und ausscheidbar gemacht wird), und erscheint im Allgemeinen als ein kreideartiger Niederschlag. Dieser Niederschlag verhärtet oft und bildet die Gichtknoten, welche alsdann in einer erdigen, kalkartigen, krystallinischen Substanz bestehen. Ich habe einen Fall beobachtet — er betraf einen Oelfabrikanten in Stettin — der das Merkwürdige darbot, daß fast sämmtliche knotig aufgetriebenen und in Geschwürbildung übergegangenen Gelenke der Hände und Füße öfters kleine Kalkstücke absetzten, die ich reichhaltig sammelte und aufbewahrte. Auch aus der Haut habe ich schon mit dem Schweiße erdig-kalkige Theile aussondern und eben so aus den Lungen aushusten gesehen, wie denn überhaupt alle Krankheitsprodukte der Gicht durch die in Menge in ihnen enthaltenen, bald frei vorkommenden, bald zu Salze umgebildeten stickstoffreichen Säuern ganz entschieden zur Vererdung hinneigen. Daß Harngries und Nierensteine am öftersten bei Gichtischen vorkommen, hängt mit dieser Neigung der Krankheit zu erdig-kalkigen Ablagerungen vollkommen zusammen. Mit dem Auftreten der örtlichen Gichterscheinungen in den Gelenken wird demnach das Blut von seinen der Gicht eigentlich zum Grunde liegenden Eigenschaften zu einem großen Theile befreit; hierdurch und weil auch während der Andauer der Gicht dem Körper Nahrungsmittel, und besonders solche, welche die Krankheit begünstigen, entzogen werden, erholen sich die in gestörter Thätigkeit beharrend gewesenen Organe des Unterleibes, und der Ausscheidungsprozeß anderer abgenutzter, verdorbener Blutbestandtheile

kann nunmehr auch von dieser Seite ungehindert vor sich gehen. Dazu kommt noch, daß die Haut, welche überall, wo Hemmnisse und Unordnungen in der Blutbewegung des Unterleibes eintreten, also auch in der Gicht, mehr oder weniger von ihrer Thätigkeit abkommt, wieder stärker ihre Ausscheidung in Dunst- oder Wasserform (Schweiß) zu vollbringen beginnt, wenn dort die Cirkulation des Blutes freier geworden ist. Wundern wird es nach dem Vorausgeschickten nicht, wenn häufig vor und mit dem Auftreten der örtlichen Gichterscheinungen ein Sturm im ganzen Körper ausbricht, der als ein heftiges Gefäßfieber sich kund giebt.

Nicht ohne besondere Absicht ist der Entwickelungsgang der Gicht ausführlicher, als es sonst in Schriften für Nichtärzte zu geschehen pflegt, in — ich darf hoffen — verständlicher, leicht zugänglicher Weise hier verfolgt worden. Der Zweck sollte sein, den Gichtkranken, die eine Hauptabtheilung der Kurgäste in Warmbrunn bilden, Gelegenheit zu geben, ein Selbsturtheil fällen zu können über die Nothwendigkeit einer strengen Diät überhaupt und insbesondere während und nach der Kur in Warmbrunn, wie sie in einem späteren Abschnitte vorgeschrieben, aber nur selten genau befolgt wird.

Die Heilquellen Warmbrunns sind ein längst anerkanntes, ganz vorzügliches, vielfach bewährtes Mittel gegen die Gicht, wenn sie nicht mehr in dem Stadium sich befindet, welches eine fieberhafte Aufregung des Körpers mit sich führt. Einer der größten Scheidekünstler unserer Zeit, Professor Liebich, hat entschieden dargethan, daß gerade durch solche chemische Stoffe, wie sie unter Anderem eben in den warmbrunner Heilquellen enthalten sind, nämlich durch Alkalien, von den ältern Scheidekünstlern Laugensalze genannt, die Harn-Säure im Urin aufgelöst und hierdurch ausscheidungsfähig erhalten wird. Dasselbe thun diese Stoffe, wenn sie, wie vermittelst der Heilquellen Warmbrunns, einem Blute zugeführt werden, welches wie das des Gichtkranken im Uebermaaß Harn-Säure enthält; sie verhindern auf diese Weise, daß sich diese Säure unlöslich aus dem Blute absetzt. Aber auch auf die anderen Krankheitsstoffe im gichtischen Blute üben sie eine neutralisirende, zersetzende Wirkung aus. Da nun auch die genannten Heilquellen, wie dies bereits erörtert worden, auf die in Stockung gerathene Blutzirkulation im Unterleibe eine lösende, letztere freier machende Wirkung ausüben und die Thätigkeit der Haut, die Lungenausdünstung und Nierenausscheidung fördern helfen, so erfüllen sie vollkommen, wie leicht erachtlich, alle Bedingun-

gen, die zum Gelingen einer gründlichen Beseitigung der Gicht erforderlich sind. Ihre heilkräftige Wirkung erstreckt sich auf alle Arten fieberloser Gicht in ihren verschiedenartigsten Richtungen und Gestaltungen, mag solche in ihrer regelmäßigen Form in den Zehengelenken der Füße als Podagra oder, schon weniger regelrecht, in den Fingergelenken der Hände als Chiragra auftreten oder, mehr noch von dem naturgemäßen Wege abkommend, in dem Gelenkapparat anderer Körpertheile oder wohl gar in den Näthen, welche breite Knochen, wie beispielsweise die des Kopfes, zusammengefügt halten (als Kopfgicht), ihren Sitz nehmen, mag sie bei ihrem Erscheinen an dem einmal eingenommenen Platze fest haften oder von einer Stelle zur andern flüchtig wandern und als sogenannte fliegende Gicht sich charakterisiren. Selbst in den hartnäckigsten und bösartigsten Gichtformen, die das Eigenthümliche haben, daß die Gelenke knotenartig aufgetrieben werden (Knotengicht), und in den Fällen, die sich dadurch auszeichnen, daß die ausgeschwitzten Flüssigkeiten in den Gelenken verhärten und diese durch Behinderung der Gelenkigkeit in gestreckter oder gebeugter Richtung mehr oder weniger ungelenkig, steif werden lassen, bewähren sich die Heilkräfte der warmbrunner Schwefelquellen innerlich und äußerlich als Bassin- und Douche-Bäder angewendet, wenn nur diese Uebel nicht veraltet sind und die Körper-Constitution des Kranken keine zu tief greifende Erschütterung der Lebenskräfte erlitten hat. Tritt die Gicht unvollkommen, nur in schwachen Andeutungen auf, so vermögen diese Heilquellen sie einer vollkommneren Entwickelung und Entscheidung entgegen zu führen. Auf diese Weise beseitigen sie oftmals die schwersten und gefahrvollsten Krankheiten, die eine Folge sind der unvollkommen ausgebildeten Gicht. Bei gehemmter Gichtausbildung trifft der im Innern des Körpers zurückgehaltene gichtische Reiz nicht selten das Herz und macht es erkranken; es entsteht Herzklopfen, Angst, Beklemmung, Brustkrampf, oder diese Erscheinungen mit Ausschluß des Herzklopfens gehen von den Lungen aus, wenn der Gichtreiz diese betrifft. Nicht selten werden auf diesem Wege die Unterleibs-Organe gereizt; es entstehen kolikartige Schmerzen, Aufgetriebenheit, Unordnungen in den Verrichtungen der Organe des Unterleibs, schlechte Verdauung, hypochondrische Verstimmung. Manchmal sind es die Nieren, die von dem Gichtreiz erlangt werden. Alsdann kündigt sich das Leiden durch Schmerzen, Druck in der Nierengegend an, die nicht selten mit einem Harngries absetzenden Urin und mit Harnbeschwerden verbunden sind.

Alle diese Leiden können auch entstehen, wenn flüchtige Gicht den äußeren Körper verläßt und nach innen sich wirft. Es ist einsichtlich, wie das Kurverfahren in Warmbrunn diese Krankheitszustände rückgängig machen kann, da dasselbe vermögend ist, die Ursachen des derartigen Erkrankens zu heben, d. h. die Gicht in ihrer unvollkommenen Ausbildung zu einer vollständigeren Reife und naturgemäßen Gestaltung nach außen gelangen zu lassen.

2) **Bei Hämorrhoiden.** Die Anlage auch zu dieser Krankheit ist meist eine angeerbte, kann aber auch durch sitzende Lebensweise und bei reichlichem Genuß schwer verdaulicher Speisen und scharfer Getränke erworben werden. Sie tritt gleichfalls im reifern Mannesalter stärker hervor und ist von der Gichtanlage nicht sehr verschieden.

Die Hämorrhoiden sind eine der Gicht nahe verwandte Krankheit. Man darf behaupten, daß sie als der auf einer niedrigern Stufe der Entwickelung stehen gebliebene Gichtprozeß zu betrachten sind. Die ersten Vorgänge, wie sie sämmtlich bei dem Entstehen der Gicht im Blutader-System des Unterleibs mit ihrem rückwirkenden Einfluß auf die Gallen-Bildung und Verdauung geschildert worden sind, finden, auch wenn die Hämorrhoiden erst im Bilden begriffen sind, statt; daher auch die Vorboten und die ersten stärker ausgeprägten Krankheits-Erscheinungen der Hämorrhoiden dieselben sind, wie die der Gicht. Gefühl von Druck, Spannung, Fülle im Unterleibe, regelwidrige Darmthätigkeit, Verdauungsbeschwerden, Säuerebildung im Magen und Darmkanal und gereizte Gemüthsstimmung. Und es kann das nicht anders sein; beide Krankheiten haben gemeinschaftliche Ursachen und eine gemeinsame Grundlage, einen und denselben Boden gleichsam, auf dem die an sich ähnlichen Krankheitskeime verpflanzt werden, nämlich das System der Blutadern des Unterleibs, die Pfortader und ihre Verzweigungen. Die erste Epoche beider Krankheiten muß demnach auch von gleichen Krankheitserscheinungen begleitet sein. Ebenso verhält es sich mit dem Blute; dasselbe ist bei den Hämorrhoiden, wenn sie in der ersten Entwickelungsperiode begriffen sind, ganz gleich beschaffen, wie in der Gicht auf derselben Stufe der Ausbildung, verunreinigt nämlich, wie bereits bekannt, mit Stoffen, die von der Pfortader aus als Galle durch die Leber hätten ausgeschieden werden sollen. Auch mit Säuern ist das Blut geschwängert; daher alle durch die Aussonderungsorgane zu Tage kommenden Krankheitsprodukte, wie jene der Gicht, säuernhaltig sind und deshalb sauer reagiren. Die

Säuern sind aber weniger stickstoffhaltig und machen die Krankheitsprodukte nicht geneigt zu vererden. Der weitere Verlauf der Hämorrhoiden gestaltet sich aber, nun abweichend von dem der Gicht, in der Weise, daß der Krankheitsprozeß hauptsächlich auf das Gebiet der Pfortader beschränkt bleibt. Der Krankheitsreiz, so wie er jetzt noch beschaffen ist, nimmt, disponirt dazu durch die Körperanlage, von hier aus schon eine Richtung nach den noch im Bereiche der Pfortader liegenden, tiefer führenden und bis zum After hin sich verzweigenden Blutadern, die den Namen Hämorrhoidal-Blutadern führen. Dieser Reiz lockt das Blut aus der überfüllten Pfortader dorthin, überhäuft jene Gefäße mit Blut, und ihre Thätigkeit, das Blut fortzuschaffen, wird stärker als im regelmäßigen Zustande angestrengt; dadurch erschlaffen mit der Zeit die Hämorrhoidal-Gefäße, das Blut sackt sich in ihnen an und stockt und kann nicht mehr ordentlich zurückfließen; an den am tiefsten gelegenen Stellen, am After nämlich, wohin sich das stockende Blut senkt, werden in Folge dessen die Blutgefäße beutelartig aufgetrieben, es bleibt in ihnen stehen, und es erzeugen sich die sogenannten Hämorrhoidalknoten — blinde Hämorrhoiden —; da ihre Wände, wie leicht begreiflich, zugleich sehr verdünnt werden, so sickert aus ihnen zu Zeiten das Blut, wenn es durch den Hämorrhoidalreiz immer noch mehr zuströmt, durch, kommt durch den After zu Tage und bildet die sogenannten fließenden Hämorrhoiden. Durch diesen Vorgang werden nicht nur die Pfortader und die ihr zugewiesenen Organe von ihrer Blutüberfüllung befreit und zu einer geregelteren Thätigkeit geeignet gemacht, sondern es werden auch mit dem Hämorrhoidal-Blute die schädlichen Auswurfsstoffe aus der Gesammtmasse des Blutes unmittelbar weggeschafft. Daher erklärt es sich, warum, wenn die Hämorrhoiden im Flusse sind, die bis dahin gestört gewesenen Funktionen sich wieder zu regeln beginnen und der ganze Körper frei wird von den früheren Krankheitsgefühlen. Man ersieht aber auch hieraus, wie schmal und kurz die Brücke ist, die von den Hämorrhoiden zur Gicht führt. Werden die krankhaften Stoffe, wie sie das Hämorrhoidalblut enthält, mehr hinübergezogen in das Gebiet der Schlagadern, von denen ausschließlich sowohl das Material, welches zur Ernährung des Körpers dient, als auch die Bestandtheile, die ihm unnützlich und schädlich geworden sind, hergegeben werden, so erzeugt sich unter Veränderungen, die dort mit ersteren vorgehen, Gicht; daher gehen Hämorrhoiden so leicht in Gicht über, daher auch sind so viele Gichtkranke zugleich Hämorrhoidarier.

Der Einfluß, den die Heilquellen Warmbrunns auf die Hämorrhoidalkrankheit ausüben, stellt sich erfahrungsgemäß als sehr günstig heraus. Ihre Kraft, vermittelst welcher sie die Gesammtmasse des Blutes umzuändern und zu verbessern und Regelwidrigkeiten in der Blutbewegung im Unterleibe zu ordnen vermögen, setzt dies auch voraus. Größeres aber bewirken sie, wenn die Hämorrhoiden ihren naturgemäßen Verlauf einbüßen. Der Hämorrhoidalreiz wird in vielen Fällen auf die im Bereiche der Pfortader gelegenen Blutadern der Harnblase versetzt und das Blut, anstatt nach den Venen des Afters hin zu fließen, nimmt seinen Weg nach denen der Blase. Hier bilden sich bald dieselben Zustände der überfüllten Gefäße wie dort, und es entstehen Blasen-Hämorrhoiden; entweder bleiben auch sie blind, wie am After, und dann treten Hindernisse beim Harnen, die große Schmerzen mit sich führen, ein oder sie sondern Blut aus, welches mit dem Urin gleichfalls unter Beschwerden ausgeführt wird. Manchmal wird der Hämorrhoidalreiz nach der Gebärmutter verpflanzt, und es erzeugen sich unter ganz gleichen Bedingungen der ebenfalls den Pfortaderverzweigungen angehörenden Blutadern dieses Organs Gebärmutter-Hämorrhoiden. In der Tiefe des Unterleibs wird alsdann durch Ueberfüllung der Gebärmutter mit Blut ein Gefühl von Schwere und Unbehagen rege erhalten, und oft empfinden solche Kranke ein Drängen nach dem Schooße, als wenn eine Geburt bevorstände. Selbst nach den Lungen zieht sich zuweilen der Hämorrhoidalreiz; dann nimmt der vermehrte Zudrang des Blutes den Weg dorthin, überfüllt die Lungen, in Folge dessen Druck, Beengung der Brust, Brustkrämpfe und nicht selten selbst Entleerung des Blutes durch die Lungen bewirkt werden. Aehnliche Erscheinungen, aber mit Herzklopfen verbunden, pflegen sich einzustellen, wenn der Hämorrhoidalreiz das Herz betheiligt und die Congestion nach ihm die Richtung nimmt. Zuweilen richtet sich der Hämorrhoidalreiz auf die Nieren, und diese werden der Anziehungspunkt des Blutes, welches die Nierengefäße allzusehr anfüllt und sie erkranken läßt. Schmerzen, ein Gefühl von Spannung und Druck in der Nierengegend, nicht selten auch Austritt des Blutes aus den Gefäßen, das durch die Harnleiter nach der Blase läuft und mit dem Urin mehr oder minder beschwerdevoll ausgeleert wird, sind die Folgen. Allen diesen Zufällen setzen die warmbrunner Heilquellen ein vielfach bewährtes Mittel entgegen, indem ihr Wirken darin besteht, daß sie den regelwidrigen Hämorrhoiden in ihren verschiedenartig abweichenden

Richtungen Schranken setzen, sie wieder in ihr natürliches Gebiet leiten und hier durch einen eigenthümlich ausübenden Reiz auf die Hämorrhoidalgefäße die Hämorrhoiden zum Fließen zu bringen vermögen. Nirgends in solchen Fällen aber bedarf es für die Anwendung Warmbrunns mehr des scharfen Kennerauges des Arztes als da, wo die Lungen und das Herz in besagter Weise an der Hämorrhoidalkrankheit theilnehmen.

3) **In krankhafter Menstruation.** Es ist eine durch die Zeit erhärtete Erfahrung, welche schon die frühesten schlesischen Aerzte machten, daß die Heilquellen Warmbrunns in einer ganz besonderen Beziehung zur Geschlechtssphäre des Weibes stehen, und der schon erwähnte Schwenkfeld, welcher vor 200 Jahren über Warmbrunn geschrieben, geht so weit, daß er ihnen selbst gegen Unfruchtbarkeit eine große Wirkung zugesteht. Gewiß ist es, daß sie ordnend auf die Thätigkeit der Gebärmutter einwirken, falls diese, unabhängig von organischen Fehlern irgend welcher Art, mehr durch materielle örtliche Schwäche und allgemein verminderte Körper-Energie in Unordnung gerathen ist. Daher erklärt es sich, wie es komme, daß erfahrungsgemäß diese Heilquellen eben so den zu geringen oder bei schon entsprechender Körperentwickelung den noch gar nicht eingetretenen Monatsfluß zu fördern vermögen, als sie unter Umständen den zu starken auf das gehörige Maaß zu beschränken im Stande sind. Ganz besonders sicher aber pflegt diese Wirkung einzutreten, wenn ungeregelte Blutzirkulation im Unterleibe und dadurch bewirkte ungleiche Blutvertheilung und gestörte Thätigkeit der Unterleibsorgane den Unordnungen des Monatsflusses zum Grunde liegen. Gegen den schmerzhaften Eintritt der Menstruation sind die warmbrunner Heilquellen ganz außerordentlich heilsam. — Da ein Zurückkommen auf diesen Gegenstand nicht mehr gestattet sein möchte, so muß die Bemerkung hier Platz finden, daß jene Abweichungen alle, falls sie eine Erkältung, also eine rheumatische Ursache, herbeigeführt oder falls sie mit Skrofeln in Verbindung stehen, gleichfalls in Warmbrunn ihre Ausgleichung zu erwarten haben.

4) **In der Bleichsucht.** Die Bleichsucht ist eine Krankheit, die auf einem Mischungsfehler des Blutes beruht. Das Blut Bleichsüchtiger ist ärmer an festen, besonders stickstoffigen Bestandtheilen, dagegen reicher an Wassergehalt als gewöhnlich. Ihm gebricht es hauptsächlich an der nöthigen Menge Faserstoffs, eines Blutbestandtheils, der vorzüglich bei der Muskelfleischbildung zur Verwendung kommt. Ganz besonders aber sind es die Blutkörperchen, an denen die eisenhaltige rothe Farbe haftet,

wodurch das Blut roth gefärbt erscheint, welche in demselben in auffallendem Maaße abgenommen haben und selbst blässer geworden sind; woher es denn auch kommt, daß das Blut eine weißliche Farbe annimmt. Hingegen enthält dasselbe, abweichend von der Regel, mehr fettige, schleimige Bestandtheile in aufgelöstem Zustande als sonst. Hierdurch erklärt sich die blasse Farbe des Körpers. Ein solches Blut eignet sich nicht mehr für die normale Ernährung und Erhaltung des Körpers und übt nicht mehr den natürlichen Reiz auf das Nervensystem aus; daher haben Bleichsüchtige auch stets ein schlaffes, welkes Muskelfleisch und leiden öfters an Schwindel, Ohnmachten, Herzklopfen nervöser Natur, an Müdigkeit und Kraftlosigkeit. Tritt diese Krankheit bei jungen Mädchen vor ihrer geschlechtlichen Entwickelungszeit ein, so ist das bleichsüchtige Blut mit seinem Rückeinflusse auf die Nerven nicht geeignet, die Organe der Geschlechtssphäre so weit zu entfalten, daß sie die ihnen nunmehr zunächst angewiesene Funktion vollbringen können, und der Monatsfluß bleibt aus oder kommt nur in schwachen Andeutungen einer wenig gefärbten, mehr schleimigen Flüssigkeit; bildet sich Bleichsucht nach schon beendeter geschlechtlicher Entwickelung, so geräth der gesetzmäßig vorhandene Monatsfluß in Unordnung, verliert sich entweder ganz oder vermindert sich bis auf ein nur geringes Maaß und nimmt die oben erwähnte Beschaffenheit an. Bei den bezeichneten Eigenschaften des Blutes in der Bleichsucht sind seine nährenden Bestandtheile nicht nur bemerklich vermindert, sondern, wie aus Obigem deutlich hervorgeht, auch gewiß verändert. Dennoch sind Bleichsüchtige nicht für die Regel mager, sondern Viele tragen mit der Bleichheit des Körpers das Gepräge der Fülle an sich. Diese Fülle besteht aber nicht in fleischlicher Ansatzmasse, sondern in Ablagerung wäßrigen Fettes ins Zellgewebe, weshalb solche Kranke ein aufgedunsenes Aussehen haben. Schlechte Nahrung, anhaltendes Sitzen, das Leben in einer feuchten, schlechten Luft sind häufig die vermittelnden Ursachen dieses Leidens. Gar nicht selten geht die Verschlechterung des Blutes, wie sie in der Bleichsucht stattfindet, von der Pfortader aus, indem die zuletzt angeführten Ursachen hinlänglich ausreichend sind, Stockungen in der Cirkulation des Blutes im Unterleibe und Hemmnisse des daselbst vorsichgehenden Blutreinigungs-Prozesses zu veranlassen. In solchen Fällen sind die Bäder in Warmbrunn in Verbindung mit dem inneren Gebrauch eines leichtverdaulichen, mehr lösend wirkenden Eisensäuerlings von entschieden gutem Erfolge begleitet.

II. In Krankheiten, die in dem Drüsen- und Saugader-System ihren Ursprung nehmen.

1) **In Skrofeln.** Die Bildung der Skrofelkrankheit beginnt schon im zartesten Kindesalter, und ist in einer von den Verdauungsorganen, den Lymphdrüsen und Saugadergefäßen ausgehenden fehlerhaften Mischung des Blutes und der in Folge dessen krankhaft abgeänderten Ernährung und unvollkommen werdenden Fortentwickelung des Körpers begründet. Die Anlage zu Skrofeln, welche aber schon als der erste Grad der Krankheit selbst zu erachten ist, kann entweder angeerbt sein, oder ausschließlich nur im Säuglings- und ersten Kindes-Alter erworben werden. Im ersten Falle ist die Verdauung auch bei zweckmäßiger Nahrung und Pflege nach der Geburt fehlerhaft; solche Kinder neigen zu Säuerebildung in den Verdauungswegen, brechen sehr leicht, haben öfters Durchfälle, wobei die Abgänge ein schlechtes Aussehen und einen schlechten Geruch haben, leiden nicht selten an Koliken und nehmen an Körperumfang wenig zu; letzteres aber ist häufig nicht der Fall, die Kinder werden im Gegentheil mehr vollsaftig, sehen jedoch aufgeschwämmt aus, werden leicht wund und bekommen leicht Ausschläge. Ganz dieselben Zustände treten ein, wenn im Säuglings- und ersten Kindes-Alter die Nahrung unangemessen und die Pflege schlecht ist. Die Organe der Verdauung, welche auf diese Weise zuerst leidend werden, sind früh schon, in der ersten Entwickelungs-Epoche des Kindes, nicht mehr im Stande, eine gesundes Verdauungs-Material, welches den Körper zweckentsprechend ernähren und dessen Wachsthum normalmäßig fördern helfen soll, zu bereiten; fehlerhaft beschaffen, mit rohen, zähen Stoffen versehen, wird der Speise- oder Nahrsaft den oben bezeichneten Weg durch die Saugadern und Drüsen ins Blut nehmen, und da dieser Saft den Bildungsstoff des Blutes abgiebt, so kann fernerhin das Blut nur fehlerhaft sein und nicht mehr die volle Eigenschaft besitzen, den Stoff-Ansatz und die Entfaltung des Körpers naturgemäß zu vermitteln. Gerade aber die Saugadern und Drüsen sind es, die unter allen Organen des kindlichen Körpers in seinen frühesten Entwickelungsepochen mit zu allererst einer vollkommneren Ausbildung entgegengeführt werden, weil ihnen eine so wichtige Betheiligung an dem Anbildungsprozesse des Körpers zugewiesen ist; sie also trifft mit am fühlbarsten und vorzugsweise der Nachtheil eines vorhandenen schlechten Speisesaftes, denn ihre vollkommnere Entwickelung wird zunächst gehemmt

und ihre Thätigkeit beschränkt, herabgesetzt. Sobald dies geschieht, verfällt von da ab das Blut in noch größere Mischungsabweichungen; denn die in den Verdauungswegen bereiteten Bildungsstoffe für das Blut können durch die, in ihrer Entwickelung zurückbleibenden Drüsen und Lymphgefäße nicht mehr jene Umwandlung, die ihre höhere Vervollkommnung bezweckt, bestimmungsgemäß erfahren und gelangen roher noch als zuvor in den Säftestrom. Dazu kommt noch, daß der nicht naturgemäß beschaffene Speisesaft, ganz abgesehen von den Umänderungen, die er überhaupt erleiden soll, bis er in nahrhaftes Blut verwandelt wird, von vornherein für die Lymphgefäße und Drüsen nicht mehr den natürlichen Lebensreiz abgiebt; unvollkommen in ihrer Ausbildung, geschwächt in ihrer Thätigkeit und weniger angeregt, verlieren diese Organe zugleich an Kraft, ihren flüssigen Inhalt, den Speisesaft, gehörig fortzuleiten; die verlangsamte Bewegung desselben unter den gegebenen Umständen wird nun um so leichter Veranlassung, daß er sich übermäßig anhäuft und stockt; die Saugadern werden krankhaft ausgedehnt, die Drüsen schwellen in Folge der Ueberfüllung und Stockung des Nahrsaftes stark an und erreichen, da immer neue Säfte zukommen, oftmals einen bedeutenden Umfang, zunächst die Drüsen im Unterleibe, in Folge dessen letzterer, wenn auch nicht hierdurch allein, oft auffallend umfangsreich und hart erscheint. Später, im weiteren Fortschreiten der Krankheit, kommen in gleicher Weise auch andere Drüsen an die Reihe, die Ohrendrüsen, die Unterkieferdrüsen, die Drüsen am Halse u. s. w. Von nun an beharrt die Blutbereitung nur um so sicherer und bestimmter in Fehlerhaftigkeit, und der Stoffansatz sowie die ganze fernere Entwickelung verfällt in bleibende Einseitigkeit, und zwar hauptsächlich auch noch dadurch, daß die Lungen, der Hauptheerd der Blutbildung, welche in der ersten Entwickelungsperiode des kindlichen Körpers im Vergleich zu den andern Organen in ihrer organischen und funktionellen Entfaltung noch sehr zurück sind, jedoch immer mehr die Oberhand gewinnen, je mehr der Körper seiner naturgerechten Bestimmung gemäß in der gesetzlichen Zeit seiner größeren Vervollkommnung entgegengeführt wird, daß die Lungen, sage ich, auffallender, als alle übrigen Organe, von ihrer Entwickelung und Reifwerdung abgehalten erscheinen. Durch alle diese regelwidrigen Vorgänge bleibt das Blut in der Ausbildung seiner höheren Lebensbefähigung weit zurück. Gewisse Stoffe des Blutes, welche, wie später gezeigt werden wird, hauptsächlich für das Bildungsleben des

menschlichen Organismus, für den organischen Stoffansatz, von größter Bedeutung sind, bleiben auf einer niedrigen Stufe der Entwickelung stehen und sind auch zum Theil in geringerer Menge, als gewöhnlich, im Blute enthalten. Der Faserstoff des Blutes ist es besonders, der nicht die höhere Vollkommenheit erlangt, und obgleich der zweitgewichtige Blutstoff, der Eiweißstoff, in krankhaftem Uebermaaß sich bildet, so hat auch er dennoch nicht die naturgemäße Beschaffenheit und gleicht mehr einem dritten, niedriger stehenden und auch nur in geringer Menge im Blute vorhandenen Stoff, dem Käsestoff. Ueberdies sind die kohlenstoffhaltigen Bestandtheile, welche Fett und nicht Fleisch ansetzen, in viel reicherem Maaße als gewöhnlich im Blute vorhanden; hingegen zeigt die Blässe des Blutes, daß es nicht die gehörige Menge des rothen Farbestoffes besitzt, auch steht eine der Zahl nach wirkliche Abnahme der Blutkörperchen, an welchen die rothe Farbe haftet, außer Zweifel. Daher kommt es, daß skrofulöse Kinder in der Regel so auffallend in der Entwickelung zurückbleiben, daß ihre Muskeln schlaff, die Haut bleich, faltig, die Knochen biegsam und zum Krümmen leicht geneigt sind, der Körper im Allgemeinen entweder schlecht genährt, oder von weißen Säften vorherrschend angefüllt erscheint, daß mit seltenen Ausnahmen die Geisteskräfte eine gewisse Abstumpfung verrathen, und auch die ferneren Entwickelungsepochen des Körpers sich verzögern und in ihren Resultaten nicht die Norm erreichen. Betrachtet man ein Kind in den ersten Lebensperioden, so wird es bald in die Augen fallen, daß der Kopf und der Unterleib auffallend groß sind gegenüber dem schmalen, kleinen Brustkasten und den wenig umfangsreichen oberen und unteren Extremitäten. Bei Skrofulösen, selbst wenn sie schon durch die meisten Phasen der Entwickelung durchgegangen sind, gewahrt man einen ähnlichen Körpertypus: verhältnißmäßig großen Kopf, starken Leib, wohl auch magere Extremitäten. Der Skrofulöse bezeichnet sich demnach gleichsam als ein auf einer niedrigeren Organisationsstufe stehen gebliebener Mensch. Freilich giebt es die mannigfachsten Schattirungen dieser Krankheit, die zwischen dem höchsten Grade der Ausbildung derselben und den verwischten Erscheinungen, welche man als schwache Skrofelanlage bezeichnet, liegen. Aus obgedachter Blutbeschaffenheit in der Skrofelkrankheit erklären sich auch deutlich genug die starkeiweißhaltigen Krankheiterzeugnisse derselben: die käseartigen Ablagerungen in den Drüsen, den Schleimhäuten, den Knochen, welche die Wissenschaft als Tuberkelstoff bezeichnet, und nicht minder klar

die Aufgedunsenheit, Schlaffheit und die große Neigung zu Fettbildung, Verschleimung und Wärmeerzeugung Skrofulöser.

Die warmbrunner Heilquellen wirken umstimmend auf die ganze Säftemasse ein, regen die Saugadern und Drüsen zu lebhafterer Thätigkeit an, machen die Bewegung der Säfte in ihnen freier und lösen ihre Stockungen. Daraus ergiebt sich unzweideutig, daß ihre Anwendung bei Skrofeln unter Umständen von einem guten Erfolge begleitet sein wird. Allerdings kommt noch in Betracht das Einathmen der reinen, frischen Gebirgsluft, wodurch die Lungenthätigkeit und mit ihr eine bessere Blutbereitung gefördert wird, und, in gewissen Fällen, die Mitanwendung der Molken, welche zur Verbesserung der Säfte wesentlich beitragen. Durchaus nicht zu übersehen sind diese Heilquellen, wenn die Skrofeln mit Hautausschlägen verlaufen.

2) **In Vergrößerungen und Verhärtungen einzelner Drüsen und drüsiger Organe**: der Ohrendrüsen, Brustdrüsen, der Drüsen in den Weichen, der Hoden, der Eierstöcke, wenn ihnen Skrofeln, Blutstockungen, Erkältung und selbst mechanischer Druck als Ursachen zuerkannt worden. In allen solchen Krankheiten sind die warmbrunner Heilquellen sehr hülfreich: sie lösen und schmelzen die Anschwellungen in genannten Organen.

Schon in alten Zeiten wurden die Schwefelwässer Warmbrunns als ein Mittel gegen gewisse Krankheiten der Leber sehr geschätzt, und das mit vollem Recht, wie die Erfahrungen bis auf die neueste Zeit es bewahrheitet haben. Die Leber ist eine Blutdrüse. In ihr kommt es oftmals zu Blutüberfüllungen und zum Blutstocken, in Folge dessen sie aufschwillt, sich vergrößert, auch an Härte zunimmt und alsdann mannigfach nachtheilig auf das übrige Verhalten des Körpers zurückwirkt. Ist die Leber der Art erkrankt, so bewährt sich die lösende Kraft, welche die warmen Schwefelquellen auf sie ausüben, in oftmals bewundernswürdiger Weise; ihr krankhaft vergrößerter Umfang nimmt ab und die Härte weicht.

Anschluß mögen hier finden die Anschwellungen und Vergrößerungen der Gebärmutter, welche, wenn keine organische Veränderungen zum Grunde liegen, in Warmbrunn Hülfe zu erwarten haben.

III. In Krankheiten des Fasersystems.

1) **Im Rheumatismus.** Diese Krankheit hat in ihren äußeren Erscheinungen manche Aehnlichkeit mit der Gicht, unterscheidet sich aber von dieser wesentlich dadurch, daß ihr die innern Bedingungen des Entstehens, wie sie in der Gicht vorhanden sind, gänzlich fehlen und daß sie nur durch äußere Einflüsse erzeugt wird. Der Rheumatismus ist eine Erkältungskrankheit.

Außer den Lungen ist es unter den Organen des menschlichen Körpers nur noch die äußere Haut, welche unmittelbar in einem beständigen und lebhaften Wechselverkehr mit der äußeren Atmosphäre steht; der Haut ist aber auch, neben der hohen Bedeutung, die sie als Sitz des Tastsinnes hat, eine gleiche, wenn auch viel gemäßigtere Thätigkeit, wie den Lungen zugeordnet worden. Behufs der Blutbildung und Blutumwandlung, die zugleich als die Quelle der thierischen Wärme zu betrachten sind, geschieht in der Haut wie in den Lungen ein ununterbrochener Stoffaustausch mit der äußeren Luft; für die Bestandtheile, welche das Blut in den Lungen und in der Haut unmittelbar und unausgesetzt aus der Luft aufnimmt, und deren vorzüglichster und vielleicht alleiniger der für das thierische Leben unentbehrliche Sauerstoff ist, geben die Lungen und die Haut an die Luft Wasserdünste, die mit einer geringen Menge aufgelöster Salzstoffe geschwängert sind, und Kohlensäure ab. Diesen letzteren Vorgang in den Lungen nennt man Ausathmung, in der Haut Ausdünstung. Die Haut also hat die Aufgabe, einen Theil des aus dem Blute ausgeschiedenen Wassers und eines dem Leben schädlichen Gases auszuführen; sie dient aber auch dazu, die innere Körperwärme auf dem naturgemäßen Grade zu erhalten, sie überhaupt zu reguliren. Sie entledigt sich dieser Aufgabe dadurch, daß sie das überflüssige Wasser aus dem Blute in Wasserdampf umwandelt, bei welchem Prozesse bekanntlich stets Wärme frei wird. Ist daher der Körper erhitzt, so dünstet die Haut stärker aus; erleidet er eine stärkere Abkühlung, so vermindert sich die Hautausdünstung. So wichtig demnach für das Bestehen des thierischen Lebens dieser Wechselverkehr zwischen der äußeren Luft und der Haut, worauf es hier zunächst ankommt, ist, so wird doch erstere häufig zu einer schädlichen Potenz für letztere. Die Luft wirkt als eine Schädlichkeit auf die Haut und affizirt sie zunächst abweichend von der Regel, wenn ihre Eigenschaften bezüglich der Temperatur, Feuchtigkeit und Bewegtheit nicht mehr

in dem richtigen Verhältnisse zum menschlichen Organismus stehen, um durch Gegenwirkungen, die sie in ihm hervorrufen, vermittelst der Haut schnell ausgeglichen werden zu können. Dieses gestörte Verhältniß kann aber eben sowohl vom Körper als von der äußern Luft ausgehen; die Haut kann in eine Stimmung gerathen, z. B. bei Schwächung, Reizbarkeit des Körpers, wie beispielsweise in der Wiedergenesung von schweren Krankheiten, oder bei Erhitzung, in der schon die naturgemäß beschaffene Luft einen naturwidrigen Reiz für sie abgiebt; umgekehrt aber auch sind bei sonst regelrechtem Verhalten des Körpers zu starke Kälte- und Hitzegrade, große Feuchtigkeit, heftige Bewegung der Luft (Wind, Sturm) bekanntermaßen auf die Haut mächtig reizend wirkende Potenzen. Treffen diese die Haut in dem ersterwähnten Zustande, so wird ihre reizende Kraft, die sie auf letztere ausüben, in hohem Grade gesteigert.

Es versteht sich von selbst, daß derartige, unmittelbar auf die Haut einwirkende Reize, wenn sie nicht schnell durch das Gegenwirkungsvermögen des Körpers wieder ausgeglichen werden, die gesammte Hautthätigkeit und nicht etwa blos allein ihr Ausdünstungsgeschäft benachtheiligen werden. Bei der hohen Wichtigkeit, welche die Haut für die ganze Oekonomie des Körpers hat, kann aber eine solche Benachtheiligung nicht lange bestehen, ohne den übrigen Körper in das Bereich regelwidriger Thätigkeit hineinzuziehen; er wird krank. Die von der Natur abweichende Wirkung, welche die Atmosphäre hinsichtlich ihrer Temperatur, Feuchtigkeit, Bewegtheit vermittelst der äußeren Haut auf den Körper hervorruft, hat man Erkältung genannt und die krankhaften Gegenwirkungen, die sie in letzterem erzeugen, als Erkältungskrankheiten bezeichnet. Tritt die Erkältungskrankheit in Organen auf, die, wie die Gelenkkapseln, Gelenkbänder, Sehnen, Muskeln, die äußere und innere Kopfhaut, das Rippenfell, der häutige Ueberzug der Lungen, der Herzbeutel, das Bauchfell, die Knochenhaut, die häutigen Scheiden der Nerven, aus einem Gewebe von faseriger Struktur zusammengesetzt sind, dann heißt die Erkältungskrankheit Rheumatismus. Erfahrungsgemäß hat der Rheumatismus eine besondere Vorliebe, in Gelenken aufzutreten. Ihnen zunächst stehen die Muskelsehnen mit ihren häutigen Scheiden und die Muskeln selbst; daher sind der Gelenk- und Muskelrheumatismus die am öftersten vorkommenden. Wie bald nachgewiesen werden wird, beruht dies nicht auf Zufall.

Der Rheumatismus tritt örtlich eng beschränkt, in einem oder einigen Gelenken, an diesem oder jenem abgegrenzten, anderen geeigneten

Körpertheil auf, wenn die äußere Luft in ihrem schädlichen Einflusse gleichfalls nur eine entsprechende kleinere Stelle der Haut trifft; der Rheumatismus befällt mehrere oder die meisten Gelenke oder mehrere andere mit einem Fasergewebe versehene Organe zu gleicher Zeit, wenn die äußere Luft als Schädlichkeit sich auf große Hautpartieen oder auf die ganze Haut ausdehnt. Man hat bisher angenommen, daß Verminderung der Hautthätigkeit, besonders aber Unterdrückung des Schweißes in Folge von Erkältung der alleinige und wesentliche Grund des Rheumatismus sei. Sicherlich ist dem nicht so, wenn auch der große Nachtheil, der hierdurch und hauptsächlich im ersten Falle dem Körper für sein gesundes Fortbestehen erwächst, zugestanden werden muß. Den Beweis dafür giebt die unbestreitbare Thatsache, daß häufig während der Dauer des heftigsten Rheumatismus die Haut triefend von Schweiß ist nicht nur ohne Nachlaß, sondern sogar mit Steigerung der Zufälle. Wenn aber eine schwitzende Haut am leichtesten und öftersten geeignet ist, Rheumatismus hervorzurufen, so liegt der Grund darin, daß während des Schweißes die Haut stärker erregt ist und der ganze Körper in einem größeren Erhitzungszustande sich befindet, so daß schon die gewöhnliche äußere Temperatur der Luft genug Abstand von der Temperatur des Körpers darbietet, um Erkältung zu veranlassen und Rheumatismus nach sich zu ziehen. Die Erkältung wird allerdings unter so bewandten Umständen desto rascher und in ihren Folgen um so intensiver eintreten, je mehr jener Abstand noch durch eine niedrigere Lufttemperatur sich vergrößert zeigt.

Der verletzende Eindruck, den die äußere Luft in der angegebenen Weise vermöge ihrer Kälte, Bewegtheit, Feuchtigkeit auf den Körper bewirkt, wird zunächst von den Empfindungsnerven der Haut, mit der die äußere Luft unmittelbar in Berührung tritt, aufgenommen und sogleich übergetragen auf Organe, welche mit der Haut durch organische Verwandtschaft in Mitleidenschaft (Sympathie) stehen. Zu diesen gehören vorzugsweise alle jene Organe, deren Struktur hauptsächlich ein faseriges Gewebe ausmacht. In diesen Organen ruft der von den Hautnerven überkommene krankhafte Reiz eine krankhafte Gegenwirkung hervor, die darin besteht, daß in dem betroffenen Körpertheile nicht nur die Empfindlichkeit bis zum Gefühl des Schmerzes sich steigert, sondern auch in seinen Blutgefäßnetzen ein veränderter und über das Maaß erhöhter Stoffwechsel nachgezogen wird. Der krankhafte Nervenreiz in dem Theile lockt, so lange er dauert, mehr Blut dorthin; dasselbe füllt die Blutgefäße stärker

an, seine Bewegung wird erschwert, und es kommt zu krankhaft vermehrter Säfteabsonderung; so folgt dem Schmerze bald Röthung und Anschwellung des kranken Theils. Da derselbe von mehr oder weniger straffen Fasern zusammengesetzt ist, so wird eine von dem verstärkten Säftezufluß bewirkte, selbst nur geringe Zunahme des Umfangs schon vermögend sein, auf die benachbarten Nerven einen stärkeren Druck auszuüben, wodurch es erklärlich wird, warum mit dem Eintritt der Röthe und Geschwulst der Schmerz sich noch mehr steigert. Dies ist nun der Entwickelungsgang des Rheumatismus. Zum Beweise dafür, daß er der richtige sei, kann dienen, daß der erste Eindruck, den eine Erkältung nach sich zieht, in einem unangenehmen Gefühl auf der Haut als Schauer oder Frösteln, Prickeln empfunden wird, und daß gleich hinterher die erste Krankheitserscheinung in dem von Rheumatismus befallenen Theile in Schmerz besteht. Der Beweis wird auch dadurch noch erhärtet, daß öfter der mit Blitzesschnelle eintretende Schmerz die ganze Krankheit allein ausmacht, wie z. B. im sogenannten Hexenschuß. Daß im Rheumatismus durch das gestörte Hautleben auch das Blut im Allgemeinen eine Abänderung der Mischung erleidet, dafür sprechen die widerlich-sauer riechenden Schweiße, der, einen ziegelröthlichen Niederschlag bildende, an Säueren reiche Urin in dieser Krankheit und die Frieselausschläge, von welchen Rheumatische häufig befallen werden. Sicherer noch deutet die Wahrnehmung, daß im Rheumatismus der Faserstoff des Blutes sich leicht im Uebermaaß erzeugt, auf eine Mischungsabweichung der Säfte hin.

Daß die Gelenke, die, wie diejenigen der Hände und Füße, mit Kapseln versehen sind, am häufigsten Sitz des Rheumatismus sind, wird nicht wundern, wenn man hervorhebt, daß gerade die Gelenkkapseln unter allen Faserorganen am reichsten mit Nerven versehen sind und daher der durch die Erkältung zunächst bewirkte krankhafte Reiz der Hautnerven am ehesten auf die Nerven jener Gelenke sich überzupflanzen begünstigt wird. In ihnen ist daher auch in der Regel der Schmerz heftiger, wenn sie von Rheumatismus ergriffen werden, als anderswo, weil noch dazu ihre Fasern, schon in natürlichem Zustande sehr straff, angeschwollen noch unbiegsamer werden und desto empfindlicher auf die Nerven einen Druck ausüben. Die Flüchtigkeit der örtlichen Krankheitserscheinungen ist für den Rheumatismus charakteristisch. Man ist zu der Annahme berechtigt, daß, weil die Nerven den ersten Anstoß zur Krankheit geben und die anderen Krankheitserscheinungen erst in Folge der Nervenreizung entstehen,

auch die Nerven es sind, die diese Flüchtigkeit vermitteln; denn es ist den Nerven eigen, daß dieselben, wenn sie an einer Stelle gereizt werden, in Springen gleichsam den Reiz auf andere, entfernt von ihnen liegende Nervenausbreitungen übertragen. Die äußere Haut zumal ist sehr reich an Nerven, die vielfältig mit anderen Nerven des Körpers in Verbingung stehen.

Der Rheumatismus ist eine vollkommen heilbare Krankheit. Eine zarte, reizbare, leicht in Schweiß gerathende Haut disponirt zwar zu Rheumatismus, auch steigert sich die Geneigtheit zum Rheumatismus, wenn der Körper einmal von ihm befallen worden; aber selbst diese Disposition kann getilgt werden.

Die Heilquellen Warmbrunns bieten durch ihre, die gesammte Hautthätigkeit in Anspruch nehmende, regulirende Wirkung eines der geschätztesten und bewährtesten Mittel zur Heilung aller Arten, Formen und Grade des ohne Fieber verlaufenden Rheumatismus. Auch wenn der Rheumatismus, wie oftmals, das Herz ergreift und ähnliche Erscheinungen hervorruft, wie jene, welche die Gicht veranlaßt, falls sie das Herz in Mitleidenschaft versetzt, bleibt die Hülfe nicht aus, so lange noch das Herz keine organische Strukturveränderung erlitten hat. In den Kapselgelenken, welche im Innern mit einem, eine fettigwässrige Feuchtigkeit (Gelenkschmiere) absondernden Hautüberzug versehen sind, entstehen in Folge von Rheumatismus nicht selten stärkere Ausschwitzungen und erzeugen unter Anschwellungen des betreffenden Gelenkes die sogenannte Gelenkwassersucht, welche bei weitem am häufigsten in den Kniegelenken vorkommt. Gegen diese gefährliche Folgekrankheit des Rheumatismus leistet die Kur in Warmbrunn Außerordentliches; sie ist im Stande, eine völlige Auffsaugung der im Gelenk in krankhafter Menge angesammelten Flüssigkeit zu bewirken. Oftmals bleiben nach Beendigung des Rheuma-Anfalles Anschwellungen der ergriffen gewesenen Theile mit großer Hartnäckigkeit zurück, die in den Gelenken und Muskeln von einer krankhaften Umfangszunahme der Gelenkkapseln, Gelenkbänder, Muskelsehnen und des sie zunächst umgebenden Zellgewebes ausgehen. Die Kur in Warmbrunn vermag auch diese Uebel zu beseitigen.

2) **In Versteifungen und Verkrümmungen der Gliedmaßen,** wenn sie besonders durch Rheumatismus und Gicht erzeugt worden und nicht veraltet sind. Diese Krankheitszustände entstehen dadurch, daß das Fasergewebe der Gelenkkapseln, Gelenkbänder und Muskelsehnen in Folge jener Krankheiten durch ein regelwidriges Ernährtwerden ihre Biegsam-

keit und Nachgiebigkeit zum Theil oder ganz verlieren, wodurch die Glieder ihre Gelenkigkeit zum Theil oder ganz einbüßen und entweder in steifer oder gekrümmter Richtung zu beharren genöthigt sind. Die Erfolge der Kur in Warmbrunn sind in solchen Fällen überaus günstig, oftmals überraschend; in manchen hartnäckigen Krankheitsfällen der Art führt eine Wiederholung der Kur zum Ziele.

IV. In Krankheiten der äußeren Haut.

1) **In langwierigen Hautausschlägen** aller Art, vorzüglich wenn sie mit Gicht, Hämorrhoiden, Skrofeln in Verbindung stehen,

2) **bei Geschwüren**, die in Gemeinschaft mit den eben genannten Krankheiten und mit Störungen des Monatsflusses erscheinen, sind die Heilquellen Warmbrunns von ausgezeichnet heilsamer Wirkung.

3) **Im Weichselzopf.** Diese bösartige Haarkrankheit, die von einer eigenthümlichen Säfteverderbniß des Körpers abhängig ist, wird durch die Heilquellen Warmbrunns nicht bekämpft, vielmehr verhelfen sie dazu, daß diese erst recht hervortrete und zu einer größeren Reife gelange, falls sie im Körper noch schlummert oder sich nur unvollständig entwickelt zeigt. In solchen Fällen erregt der im Körper zurückgehaltene Krankheitsstoff oft die schwersten und gefährlichsten Krankheiten anderer Art. Gerade also in der Förderung der Hautkrankheit besteht der große Nutzen der warmbrunner Heilquellen, indem die vorgehenden Krankheiten schwinden, sobald das Haar den im Innern erzeugten Krankheitsstoff als Ableitung vollständig aufnimmt.

V. In Krankheiten der Schleimhäute.

Langwierige Reizungen der Athmungsorgane, die als fieberlose, mit Husten und manchen anderen örtlichen Zufällen verbundene **Katarrhe und Schleimflüsse** derselben auftreten, des Magens, die zeitweiliges **Erbrechen** veranlassen, des Darmkanals, die **Diarrhöen** nach sich ziehen, der Gebärmutter, die **weißen Fluß** zur Folge haben, der Harnblase, die **Harnbeschwerden mit Schleimabsatz im Urin** erzeugen, stehen häufig in ursächlichem Zusammenhange mit Gicht, Hämorrhoiden, Skrofeln, Leberkrankheiten und schnell verschwundenen Hautausschlägen. In allen solchen Fällen hat sich die Anwendung der warmbrunner Heilquellen überaus hülfreich gezeigt.

VI. In Krankheiten der Nerven.

1) **In schmerzhaften Nervenkrankheiten.** Nur Empfindungsnerven können von Schmerz ergriffen werden. Hierher gehören der Gesichtsschmerz, Kopfschmerz, Magenschmerz, das Hüftweh und das Lendenweh. Diese Bezeichnungen weisen schon darauf hin, in welchen einzelnen Nervenpartieen der Sitz des Uebels ist.

2) **In Krämpfen.** Nur Bewegungsnerven, die in Muskeln und muskelähnlichen Gebilden sich verlieren, können von Krampf befallen werden; denn Krampf ist krankhafte Bewegung, die in den Bewegungsorganen, welche dem Willen unterworfen sind, der Willkür entzogen wird. Zu nennen sind hier der Brustkrampf, der Herzkrampf, der Magenkrampf, der Blasenkrampf und Schüttelkrämpfe mit Ausschluß der Epilepsie.

3) **In Lähmungen,** sowohl der Gefühlsnerven als der Bewegungsnerven, oder beider zugleich. Je nach dem Grade des Lähmungszustandes ist im ersten Falle das Gefühl der betreffenden Theile mehr oder minder oder auch ganz abgestumpft, im zweiten Falle das Bewegungsvermögen stärker oder schwächer oder ganz aufgehoben, im dritten Falle sowohl das Gefühl als auch die Bewegung in verschiedenem Maaße vermindert oder vollkommen unterdrückt.

4) **In Nervenverstimmungen** des Körpers, die man mit den Namen Hysterie und Hypochondrie bezeichnet hat. Diese Krankheiten gehen von eigenthümlichen Nerven aus, welche gleichsam als die Wächter der Körperlichkeit zu betrachten sind, indem ihnen eine Kraft inne wohnt, vermöge welcher sie jede Veränderung, die mit unserem Körper vorgeht, wahrnehmen und durch das Gefühl der Lust oder Unlust zum Bewußtsein kommen lassen. Die Wissenschaft hat diese Art Nerven Gangliennerven und ihr eigenthümliches Gefühlsvermögen Gemeingefühl genannt. In der Hysterie und Hypochondrie ist das Gemeingefühl krankhaft abgeändert, es kommen hierdurch falsche Gefühle zum Bewußtsein, daher die Beurtheilung unseres Körperzustandes unrichtig und die Seelen- und Gemüthsstimmung veränderlich wird.

Gegen sämmtliche hier genannte Nervenkrankheiten wird in Warmbrunn die beanspruchte Hülfe vorzugsweise erwartet werden können, wenn sie, was überaus häufig der Fall ist, Verbindungen eingehen mit Gicht, Hämorrhoiden, Rheumatismus. Einzelne jener Nervenkrankheiten treten

außerdem auch auf, wenn lang bestandene Hautausschläge, unzweckmäßig behandelt, schnell verschwinden, so z. B. Gesichtsschmerz, Brustkrampf. Die Heilquellen Warmbrunns rufen nicht selten die Ausschläge auf der Haut wieder hervor, und diese Nervenleiden schwinden. Andere, z. B. Kolik, Magenkrampf, stehen außer mit den erwähnten Krankheiten oftmals auch mit Störungen des Monatsflusses in einem ursächlichen Verhältnisse. Es gelingt häufig den Heilquellen, diese Störungen auszugleichen, dann ist auch der Magenkrampf, die Kolik beseitigt. Viele der namhaft gemachten Nervenkrankheiten, besonders Brustkrampf, Krämpfe anderer Art und Lähmungen, bilden sich hervor, wenn der Weichselzopf sich noch unvollkommen entwickelt zeigt. Mit der stärkeren und vollständigen Entwickelung dieser Haarkrankheit, welcher die Heilquellen Warmbrunns förderlich sind, vermindern sich und heilen auch gänzlich jene Nervenkrankheiten. Besonders hervorgehoben zu werden verdient die segensreiche Wirkung der Kur in Warmbrunn in Lähmungen. Ans Wunderbare gränzt oft der günstige Erfolg bei solchen Lähmungskrankheiten, die plötzlich in Folge einer Erkältung erzeugt werden oder in Körpertheilen nach überstandenem Rheumatismus als Folgekrankheiten zurückbleiben. Auch in gichtischen Lähmungen erweist sich die Kur überaus hülfreich und beseitigt dieselben oft vollständig. Lähmungen nach Schlaganfällen, die zu den schwierigsten und hartnäckigsten gehören und allen anderen Mitteln Trotz bieten, werden in Warmbrunn oftmals geheilt, wenn, was häufig nöthig ist, mit großer Consequenz die Kur wiederholt wird. Eine Hauptbedingung des Gelingens der Kur ist die möglichst schnelle Anwendung derselben unmittelbar nach eingetretener Lähmung.

VII. In Krankheiten der Seh- und Gehörwerkzeuge.

1) **In Augenkrankheiten.** Augenentzündungen erhalten einen eigenthümlichen Charakter, wenn sie in einem gichtkranken, hämorrhoidalkranken, skrofulösen Körper sich erzeugen, oder mit Rheumatismus komplizirt vorkommen. Sie sind oft sehr hartnäckig, lange andauernd, und wenn sie weggehen, pflegen sie leicht wieder zu kommen. Gegen solche Augenentzündungen üben die Heilquellen Warmbrunns eine günstige Wirkung aus. Der grüne Staar entsteht oft in Folge einer gichtischen oder rheumatischen Augenentzündung. Im Bilden begriffen, kann derselbe durch die Anwendung der warmbrunner Heilquellen im Fortschreiten aufgehalten werden. Die Krankheit selbst ist, soweit sie sich

einmal vorzeigt, unheilbar. Der gichtische und rheumatische graue Staar sind gleichfalls nicht Gegenstand der Heilung in Warmbrunn; sie werden hier vielmehr zur Reife gebracht und zur Operation vorbereitet, die in ihren Erfolgen eine Sicherung erhält dadurch, daß die Heilquellen das gefährliche Wiedererscheinen der Gicht und des Rheumatismus, nachdem sie vollbracht ist, zu verhindern vermögen. Der gichtische und rheumatische schwarze Staar können nur in ihren ersten Anfängen, wenn das Uebel noch als Gesichtsschwäche besteht, in Warmbrunn vollkommen geheilt werden; aber einmal ausgebildet, sind sie unheilbar, da alsdann die Gesichtsnerven gelähmt sind und es auch bleiben.

2) **In Gehörkrankheiten.** Die Schwerhörigkeit, bald mit, bald ohne Sausen und Tönen in den Ohren, steht oftmals in ursächlicher Verbindung mit Stockungen im Pfortadersystem, Hämorrhoiden und Gicht, hat nicht selten einen katarrhalischen oder rheumatischen Charakter und zuweilen in einer krankhaft erhöhten Empfindlichkeit der Gehörnerven ihren Grund. In allen solchen Fällen verdient die Kur in Warmbrunn angewendet zu werden.

VIII. In Metallvergiftungen.

Der unzweckmäßige und übermäßige medizinische innere und äußere Gebrauch des Quecksilbers und die schädliche Einwirkung der Quecksilberdämpfe, wie solche bei manchen Metallarbeitern in manchen Hüttenwerken und Fabriken stattfindet, bringen ein besonders geartetes Siechthum des Körpers zuwege, gegen welches die Heilquellen Warmbrunns ganz entschieden die segensreichste Hülfe leisten. Die Quecksilbervergiftung, welche in Folge unzweckmäßiger, übermäßiger medizinischer Anwendung des Merkurs entsteht, äußert sich im Allgemeinen durch blasse, erdfahle, zuweilen ins Bräunliche spielende Hautfarbe, Schwäche, erhöhte Reizbarkeit und Abfallen des Körpers, Verstimmung des Gemüths, vermehrte Speichelabsonderung, nächtliche Schweiße, Neigung zu Blutungen aus dem Zahnfleische und wohl auch aus dem After, leicht entstehende und öfters wiederkehrende Halsentzündungen, Schmerzen in den Gliedern, die dem Rheumatismus ähnlich sind, jedoch von der Knochenhaut ausgehen, Knochenauftreibungen und Geschwürsbildungen. In ihrer Gemeinschaft geben diese Krankheitserscheinungen das Bild einer in ihren verderblichen Folgen schon weit gediehenen Quecksilbervergiftung;

sie kommen aber nicht immer alle zusammen vor und treten auch je nach dem Grade der schädlichen Einwirkung des Quecksilbers bald schwächer, bald stärker ausgeprägt auf. In der Regel werden diese Zufälle beobachtet nach dem Mißbrauch des Quecksilbers bei Behandlung der Lustseuche, und es hat oft seine großen Schwierigkeiten, zu entscheiden, in wie weit nicht manche derselben noch auf Rechnung des früher bestandenen Uebels, welches nicht selten mehr verdeckt als vollständig geheilt erscheint, zu bringen sein möchte. Die Quecksilbervergiftung, welche bei Metallarbeitern, Hüttenleuten, Vergoldern vorkommt, hat das Abweichende von ersterer, daß neben den oben angegebenen Erscheinungen, die mehr im Allgemeinen auf ein Verderbniß der Säfte, in Folge welcher die Ernährung und die Kräfte des Körpers zum Sinken gebracht werden, hindeuten, ein Gliederzittern und zuckende Bewegung der Gliedmaßen, die mit der Zeit in vollkommene Lähmung übergehen, hinzutreten, während von den angeführten örtlichen Krankheitssymptomen die Halsentzündung, die Geschwüre und Knochenauftreibungen kaum vorkommen.

Die Bleivergiftung findet gleichfalls an den Heilquellen Warmbrunns ein großes, unschätzbares Heilmittel. Die Vergiftung durch Blei schleicht bei denen, die sich mit diesem Metall beschäftigen, langsam heran, kündigt sich an durch Trockenheit im Schlunde, ungewöhnlichen Durst, Magendrücken, Verdauungsstörung, Unordnung in der Darmausscheidung und Gesichtsblässe und tritt ausgebildet gewöhnlich unter den Erscheinungen einer besonders gearteten, mit hartnäckiger Leibesverstopfung, Neigung zum Erbrechen, Ohnmachten und Schwindel verbundenen Kolik auf, die darum auch Bleikolik genannt wird. Die Hüttenarbeiter nennen diese Krankheit Hüttenkatze. Das blasse Aussehen, die Magerkeit, das Darniederliegen der Kräfte und die kühle Temperatur der Haut, die anbei noch bestehen, zeigen hinlänglich, wie tief auch hier die Ernährung und das Nervenleben untergraben sind. Schwer zu heilende Lähmungen gehören zu den bedauerlichen Folgen der Bleivergiftung.

Die Arsenik- und Kupfervergiftung, gegen welche Warmbrunns Heilquellen nicht minder Ausgezeichnetes leisten, kommen seltner vor; doch haben wir Gelegenheit gehabt, in zwei Fällen schleichender Arsenikvergiftung die glückliche Heilung durch unsere Thermen erfolgen zu sehen. Der eine betraf eine Frau von 42 Jahren. Diese schlachtete und öffnete mehrere Hühner, die, wie eine spätere Untersuchung ergab, mit starken Dosen Rattenpulvers vergiftet waren. Schon bei der Eröffnung des er-

sten Huhnes wurde die Frau durch das Einathmen des mit Arsenik geschwängerten thierischen Duftes sehr unwohl, bekam Eingenommenheit des Kopfes, Schwindel und Leibschmerzen, ließ sich aber, als sie sich ein wenig erholt hatte, nicht abhalten, auch ein zweites und drittes Huhn zu öffnen. Nach kurzer Zeit darauf traten wiederum starker Schwindel, heftige Leibschmerzen, aber zugleich auch Erbrechen und Ohnmachten ein. Die Frau, in ärmlichen Verhältnissen lebend, nahm keine ärztliche Hülfe, erholte sich aber dennoch bald von den genannten Zufällen; allein es blieb gestörte Verdauung, hartnäckige Verstopfung, Harnbeschwerden, eine übelriechende Hautausdünstung, besonders an dem behaarten Theile des Kopfes zurück; auch bildete sich ein eigenthümlicher Ausschlag am Kopfe, an Gesicht und Händen, und es verdient hervorgehoben zu werden, daß der Schweiß die Wäsche gelb färbte. Diese Zufälle dauerten mehrere Monate und verschwanden zum Theil nach und nach. Nichtsdestoweniger blieb eine große Schwäche des ganzen Körpers, besonders aber der Extremitäten, die äußerst schleichend nach Jahr und Tag in starkes Zittern und endlich in einen Lähmungszustand überging. Neben der Lähmung bestanden noch Neigung zu Verstopfung und Spuren des Ausschlages. So kam die Kranke hier an. Nach sechs Wochen wurde sie geheilt entlassen.

Der zweite Fall betraf einen Mann von 46 Jahren. Derselbe genoß mit seiner Frau und seinen Kindern eine Suppe, in welche sein Schwiegervater, in der Absicht, sich zu vergiften, Arsenik hineingethan hatte. Durch einen unglücklichen Zufall wurde die Suppe von der übrigen Familie genossen. Die Frau und die Kinder bekamen unmittelbar nach dem Genusse unter Kopfschmerzen, Schwindelanfällen und Leibweh sehr heftiges Erbrechen und genasen nach kurzer Zeit vollkommen. Der Mann, welcher am meisten genossen hatte, blieb, obgleich bei ihm heftiges Erbrechen eingetreten war, dennoch lange Zeit unwohl, fühlte Abgeschlagenheit der Glieder, litt an schlechter Verdauung, an Stuhlverstopfung, sah sehr elend aus, ermüdete leicht beim Gehen, fühlte eine starke Kälte an Füßen und Händen und wurde endlich von einer lähmungsartigen Schwäche der Füße und Hände befallen. Zwölf Wochen waren verflossen, als der Kranke an unseren Heilquellen sich einfand. Er genas vollständig.

Das Ruhmwürdige, welches über die Wirkungen der warmbrunner Heilquellen in all den verschiedenen Krankheiten gesagt worden, erhält auch wieder gewisse Beschränkungen. Nur bestimmte Formen aller jener Krankheiten, die blos vom Arzte erkannt und mit Sachkenntniß beurtheilt

werden können, sind für unsere Heilquellen geeignet; also einzig und allein dem Arzte muß es zugestanden werden, zu bestimmen, welche Fälle in Warmbrunn Heil zu erwarten haben. Aber selbst wenn dem genügt worden, wird nicht immer auch das erwünschte Ziel vollkommen erreicht. Manche Kranke müssen sich mit einer merklichen Erleichterung ihrer Leiden begnügen, Andere mit einem Stillstand der Krankheit, wobei zuweilen schon viel gewonnen wird, zufrieden gestellt sehen; oft auch genügt der einmalige Gebrauch der Kur nicht, um vollkommen zu genesen. Alles dieses liegt denn nicht in der Unzulänglichkeit des angewandten Mittels, sondern meist in den Krankheiten selbst und in den Umständen, unter welchen sie sich bilden und bestehen. Personen, die entschieden vollblütig sind und noch dazu im kräftigen, jugendlichen Alter sich befinden, solche auch, die da leiden an weitgediehener wahrer Schwäche, an organischen Fehlern des Herzens, an einer mit Entartung des organischen Gefüges verbundenen Verhärtung der Leber, Milz, Gebärmutter, an bösartiger Verschwärung der Gebärmutter, Geschwüren der Urinblase, an der Lustseuche, an Tuberkeln der Lungen, an Epilepsie, der keine materielle Ursache zum Grunde liegt, an Hinneigung zum Skorbut und zur Wassersucht, dürfen unsere Heilquellen gar nicht in Gebrauch ziehen, wenn auch ihre anderweitigen Krankheiten für die Anwendung derselben sich eignen. Ausgeschlossen auch bleiben alle Krankheiten, die mit Fieber verlaufen.

Wirkung der warmen Douche-Bäder.

Die Falldouche bringt durch die Gewalt, mit der das Wasser auf die einzelnen Körpertheile auffällt, eine mechanische Erschütterung hervor, welche die Wirkung des stark erwärmten Heilwassers bedeutend steigert, indem die, sowohl durch den mechanischen als auch durch den Wärmereiz örtlich bewerkstelligte Erhöhung der Lebensthätigkeit zugleich mehr in die Tiefe greift und daher in gleichem Grade die unter der Haut liegenden Gebilde als die Haut selbst trifft. Das Nervenleben in dem getroffenen Theile wird stark angeregt und belebt, im Blute ein stark beschleunigter Umschwung und lebhafter Stoffumsatz veranlaßt, die Auffaugungskraft in den Saugadern in hohem Maaße gesteigert und die Hautausdünstung sehr erheblich vermehrt. In noch verstärkterem Grade wirkt in dieser Beziehung

die **Frottirdouche**, sehr viel milder hingegen **das Tropf- und Regen-Bad**. Die Douchen sind daher neben den Bassin- und Wannenbädern ausgezeichnete, große Beihülfsmittel gegen Lähmungen, Gliederzittern, Drüsenanschwellungen und Knotenbildungen an den Gelenken, Gelenkversteifungen, hartnäckig festsitzende rheumatische und gichtische Schmerzen, ausbleibenden Monatsfluß und Schwerhörigkeit; nur müssen sie, wenn man sie auf den Unterleib, die Brust und den Kopf anwendet, mit der größten Vorsicht gehandhabt werden.

Anwendungsart der warmbrunner Heilquellen.

Die Schwefelquellen Warmbrunns werden sowohl äußerlich als allgemeine und partielle Bäder, Bähungen und Einspritzungen angewendet, als auch innerlich zum Trinken benutzt. Die wirksamste und daher mit Recht bevorzugte Anwendungsweise derselben ist die als ganzes Bad, deswegen allein schon, weil der innere Gebrauch des warmen Schwefelwassers selbst in Fällen, die dessen Anwendung im Allgemeinen vollkommen gerechtfertigt erscheinen lassen, wegen seiner Schwerverdaulichkeit bei Schwäche der Verdauungsorgane gar nicht oder, wenn auch letzteres nicht stattfindet, von Vielen nicht immer in dem nöthigen Maaße der Quantität und der Zeit nach vertragen wird. Von dem ganz abgesehen aber ist die Haut, ausgebreitet über die ganze Körperoberfläche, vermöge ihrer Befähigung, wäßrige und dunstförmige Feuchtigkeiten einzusaugen und von flüchtigen Stoffen durchdrungen zu werden, eines der größten Aufnahmeorgane für Heilmittel, welche in wäßriger und dunstförmiger Form als allgemeines Bad Anwendung finden können. Solche im Wasser und Wasserdunst vollkommen aufgegangene und demnach in wäßriger und dunstförmiger Lösung von der Haut eingesogene Stoffe werden unmittelbar in's Blut übergeführt, mit ihm in die innigste Berührung und Vermischung gebracht und hierdurch veranlaßt, mit dem Blute unter mannigfach vor sich gehenden chemisch-organischen Verbindungen und Trennungen im ganzen Körper zu zirkuliren und umändernd und umstimmend auf die ganze Säftemasse und in Folge dessen auch auf die Organisation der festen Theile einzuwirken. Die Wärme der solche arzneiliche Stoffe enthaltenden Flüssigkeiten und Dämpfe begünstigt um ein Bedeutendes

ihre Aufnahme durch die Haut. Neuere, mit großer Genauigkeit wissenschaftlich angestellte Versuche (von Madden und Berthold) haben unwiderleglich ergeben, daß die Menge der Flüssigkeit, welche in einem warmen Bade von 27—29 Grad R. während einer halben Stunde durch die Haut in den Körper eingeführt wird — wie die Gewichtszunahme des letztern nach dem Bade erwies — sehr erheblich ist. Ist das warme Wasser klar und noch dazu von Gasen geschwängert, so wird seine Aufnahme durch die Haut mächtiger noch gefördert. Für das tiefere Eingehen und Eingreifen arzneilicher Stoffe in die Organisation des Körpers vermittelst allgemeiner warmer Bäder sind die Umänderungen und Umstimmungen, welche vorerst die Haut in ihrer ganzen Ausdehnung durch die unmittelbare Einwirkung solcher allgemeiner Bäder erfährt, von großer Erheblichkeit. Die äußere Haut steht, wie schon hervorgehoben worden, mit den wichtigsten Organen und Funktionen des Körpers und hauptsächlich mit denen, welche der Ernährung, dem Wiederersatze des Verbrauchten und den Ausscheidungen vorstehen, in verwandtschaftlichen Beziehungen und im Verhältniß der Wechselwirkung. Jede Veränderung ihrer Stimmung, sei es in Beziehung auf ihr Nervenleben, sei es in Rücksicht auf ihre, ihr besonders und eigenthümlich angewiesene Thätigkeit, wird wieder empfunden und veranlaßt gegenwirkende Thätigkeiten in den meisten, mehr oder weniger von ihr entfernt liegenden Körpergebieten. Daher erklärt sich die große Wirksamkeit schon der gewöhnlichen warmen allgemeinen Wasserbäder in verschiedenen Säfte-, Nerven- und Haut-Krankheiten, wenngleich bei diesen Bädern nur die Wärme, welche von der Haut aus den Körper durchdringt, das Nervenleben umstimmt und belebt und die Hautthätigkeit selbst anregt, sowie die in das Blut eingeführte Wasser-Flüssigkeit, welche lediglich als solche das Blut verdünnt und in Folge dessen die übrigen Säfte verbessert, in Betracht kommen; daher aber auch erklärt sich die ungleich größere Kraft, mit der allgemeine warme Bäder, die mit arzneilichen Stoffen geschwängert sind, auf den Körper einzuwirken vermögen. Unter letzteren stehen die natürlichen warmen Mineralquellen, als Bäder angewendet, oben an, und in den bereits besprochenen Krankheiten vor allen die natürlichen warmen Schwefelquellen.

Die Bäder in Warmbrunn werden entweder in den Bassins oder in Wannen genommen. Ersteren muß, da es hier nur auf die vollkommene Erreichung des Heilzweckes ankommen kann, unbedingt der Vorzug vor

letzteren eingeräumt werden. Das Heilwasser, wie es aus der Werkstätte der Natur emporsprudelt, bildet hinsichtlich seiner Wärme, seiner festen und flüchtigen Bestandtheile und der innigen Mischung derselben nicht nur ein unnachahmliches und daher künstlich nicht leicht zu ersetzendes Ganzes, sondern in ihm waltet auch, es kann dies, bildlich genommen, wohl behauptet werden, ein gewisses Leben, welches von jener Naturwerkstätte aus beständig angefacht bleibt. Reißt man ein solches lebendiges Wasser aus diesem Zusammenhange, so macht man es gleichsam todt; es wird vermöge der an ihm haftend bleibenden natürlichen Wärme, durch die in ihm festgehaltenen wirksamen Bestandtheile immer noch heilkräftige Wirkungen genug zu äußern nicht verfehlen und hierin unzweifelhaft künstliche Schwefelbäder immer noch weit übertreffen; allein seine in gedachtem Sinne lebendigthätige Kraft ist ihm genommen. Das Gesagte findet aber vorzugsweise Anwendung auf natürliche warme Heilquellen, welche, wie diejenigen in Warmbrunn, mit verschiedenen, ihre Heilkräftigkeit wesentlich modifizirenden Gasen geschwängert sind. In den Bassins befindet sich der Badende unmittelbar über den Quellen, für deren Ergiebigkeit der wahrscheinlich entfernt liegende naturthätige Heerd beständig sorgt, und ihn umsprudelt das Heilwasser in immer sich gleichbleibender Temperatur, niemals sich ändernden Verhältnissen seiner verschiedenen Bestandtheile und in stets festgehaltener Innigkeit der Stoffe-Mischung. Dennoch giebt es der Fälle nicht wenige, in welchen gerade die Bäder in der Wanne, eben weil sie an Temperatur und innerer Kraft etwas verloren haben, in erwünschter Weise und mit dem besten Erfolge Anwendung finden.

Erscheinungen, welche während des Badens wahrgenommen zu werden pflegen.

Nach kurzem Verweilen im Bade wird in der Regel ein allgemeines Wohlbehagen empfunden. Bei Vielen tritt in den ersten 3—4 Tagen ein zusammenschnürendes Gefühl im Unterleibe, bei Anderen Druck, Beklemmung der Brust während des Badens ein. Diese Erscheinungen haben nichts Besorgliches und verschwinden nach dieser Zeit von selbst; wenn

aber die Brustbeklemmung im Bade anhaltend fortdauert, bedarf es der Aufmerksamkeit von Seiten des Kranken, weil dann zu vermuthen steht, daß irgend ein Leiden der Brustorgane vorhanden sei. Gewöhnlich werden während des Badens Schmerzen beschwichtigt, doch in manchen Fällen auch aufgeregt und gesteigert. Bei Personen, die ein reizbares Blutgefäßsystem haben, kommt in den ersten Tagen besonders das Blut leicht in Wallung, wodurch Eingenommenheit, Druck und selbst Schmerz im Kopfe und Beengung der Brust empfunden werden. Meist verlieren sich diese Zufälle nach einiger Zeit bei einem zweckmäßigen diätetischen Verhalten ohne weiteres Zuthun. Bei Personen, die am Husten leiden oder leicht zu ihm geneigt sind, steigert sich im Anfange der Kur im Bade der Hustenreiz; später aber wird derselbe vielmehr abgestumpft und oft ganz beseitigt. Bei reizbaren Lungen kommt es zuweilen zu Blutauswurf, eine Erscheinung, die dem Arzte, der die Kur leitet, nicht verborgen bleiben darf. Der Puls wird im Bade selten schneller. Die äußere Haut wird weich und an den Fingerspitzen wie bei Wäscherinnen faltig. Diejenigen, welche an Versteifungen und Verkrümmungen der Glieder leiden, können oftmals im Bade Bewegungen mit letzteren vornehmen, die ihnen vorerst außer dem Bade noch nicht möglich sind. Manche fühlen zuweilen im Bade ein Frösteln, und scheint dies von einer momentanen Verstimmung der Hautnerven herzurühren.

Erscheinungen, welche im Verlauf der Kur einzutreten pflegen.

In den ersten 8 — 10 Tagen der Kur treten fast in der Regel Verschlimmerungen der Krankheitszufälle ein; besonders ist dies der Fall in den mit Schmerzen verbundenen gichtischen, hämorrhoidalischen und rheumatischen Krankheiten. Abgesehen hiervon wird in derselben Zeit von Vielen eine gewisse Abspannung, Unbehaglichkeit und selbst eine Schwäche des ganzen Körpers wahrgenommen. Machen sich diese Erscheinungen nicht in der angegebenen Zeit mehr oder weniger bemerklich, dann stellen sie sich erst in der dritten Woche ein. Sie weichen von selbst nach kurzem Bestehen und können als ein günstiges Zeichen, als ein tieferer Ein=

griff der Heilquellen in den Krankheitsprozeß, wobei Reizungen und Erregungen verschiedener Art nicht ausbleiben, erachtet werden. Nichts seltenes ist es, daß im Verlaufe der Kurzeit Gichtanfälle, zuweilen der stärksten Art, eintreten bei Personen, die, obgleich bei ihnen eine Anlage zur Gicht vorhanden ist und manche andere Erscheinungen auf Gicht hinweisen, dennoch noch niemals von ihr befallen, dafür aber anderweitig leidend wurden. Eben so pflegt die Gicht während des Gebrauchs der Kur bei Denen hervorzutreten, deren Gichtanfälle längere Zeit ausgeblieben waren. Solche Kranke machen zwar eine Schmerzenszeit in Warmbrunn durch, allein genesen verlassen sie den Ort. In gleicher Weise trifft es, daß während der Kurzeit Hautausschläge wieder zum Vorschein kommen, die ehemals bestanden haben und deren Verschwinden Ursache war, daß ein anderes Leiden an ihre Stelle trat. Blinde Hämorrhoiden, die unterdrückt, geschwächt, oder noch gar nicht eingetreten gewesene Menstruation kommen in vielen Fällen in regelmäßigen Fluß, und die Krankheitszustände, welche sich als Folge dieser Regelwidrigkeiten erzeugt, beginnen nunmehr zu weichen. Die Haut erhält zuweilen an einzelnen Stellen braune Flecke, und eben so werden manchmal die Nägel braun. Meist sind Quecksilber- oder Blei-Präparate enthaltende Pflaster oder Einreibungen, welche auf die Haut angewendet worden, die Ursache dieser Färbungen, indem die genannten metallischen Stoffe, wenn sie mit dem Schwefelwasserstoff des warmbrunner Mineralwassers zusammentreten, einen schwärzlichen Niederschlag bilden. Auch von der inneren Aufnahme des Quecksilbers und des Bleies kann im Laufe der Badekur die Färbung der Haut und der Nägel herrühren. Bei Manchen ist keine der angegebenen Ursachen für diese Erscheinung aufzufinden. Ohne anderweitige Veranlassung wird zu Zeiten die Haut thätiger und sondert mehr Schweiß aus als sonst. In der Regel ist während der Andauer der Kur die Absonderung des Urins vermehrt und seine Beschaffenheit bisweilen der Art verändert, daß er trübe aussieht und einen Bodensatz bildet. Die Darmausleerung ist bei Manchen erschwert; in einzelnen Fällen werden umgekehrt die Stühle dünnflüssig. Der Badeausschlag, der dem Friesel ähnlich sieht, mit Hautjucken verbunden ist und am öftersten am Halse, auf der Brust und an den Armen sich zeigt, kommt zu keiner bestimmten Zeit und auch nicht bei allen Badenden hervor. Seine kritische Bedeutung ist zweifelhaft. Bei Denen, welche an Syphilis gelitten und Quecksilber dagegen gebraucht haben, pflegt die schon verschwunden gewesene Krank-

heit wieder zu erscheinen, wenn nicht mindestens 3 bis 4 Monate zwischen der beendigten Quecksilberkur und der Kur in Warmbrunn liegen. Sicherer ist es ½ Jahr vorüber gehen zu lassen.

Das Verhalten vor, in und nach dem Bade.

Vor dem Bade sei das Verhalten ein ruhiges und überhaupt der Art, daß der Körper in keinerlei Weise in Aufregung versetzt werde; denn letztere würde sich zum großen Nachtheil im Bade noch mehr steigern. Niemals werde eigenwillig das Bad genommen, wenn man auffallend unwohler als gewöhnlich sich fühlt, sondern ziehe hierüber vorher den Rath des Arztes ein. Wenn zur bestimmten Badestunde die Haut stark schwitzt, setze man, zumal bei ungünstiger, kühler Witterung, das Bad lieber aus, warte den Schweiß ab und wähle eine geeignete spätere Stunde, um das Bad zu nehmen. Geschieht dies nicht, so sind Erkältungen, welche die übelsten Folgen nach sich ziehen können, meist unausbleibbar. Diejenigen, welche in den Frühstunden baden, mögen sich vorher des Frühstückens enthalten, vielmehr nüchtern in's Bad begeben. Erfahrungsgemäß fühlt im Bade der Körper sich belästigt, wenn während desselben das Verdauungsgeschäft lebhaft vor sich geht. Es kann hierdurch der naturgemäßen Einwirkung des Bades nur Abbruch geschehen, während es andererseits festbegründet ist, daß gerade im nüchternen Zustande der Körper am empfänglichsten für das Bad ist und ihm dasselbe am besten zusagt. In manchen Fällen aber kann das Bad nüchtern nicht vertragen werden, und der Kranke ist genöthigt, auf Anrathen des Arztes etwas Flüssiges, sei es eine Tasse Thee oder Milch, zu genießen, bevor derselbe in das Bad geht; der vorschriftsmäßige Genuß geschehe alsdann eine halbe Stunde vor dem Bade. Für Diejenigen, die in den späteren Tagesstunden baden, gilt die Regel, daß vor dem Bade der Genuß fester Speisen eingeschränkt werden und mindestens zwei Stunden früher geschehen müsse, daß hingegen leicht aufregende Getränke, welcher Art sie auch seien, gänzlich zu vermeiden sind. Man suche vor dem Bade den Darm zu entleeren. Die Kleidung, welche man anlegt, bevor in das Bad gegangen wird, sei im Allgemeinen warm und richte sich im Uebrigen nach der jedesmaligen Witterung und Jahreszeit. Wer entfernt von

den Bädern wohnt, unterlasse es, eilenden Schrittes in letztere sich zu begeben, damit nicht hierdurch das Blut in Wallung gerathe und der Körper erhitzt werde.

Im Bade ist ein ruhiges Verhalten sehr anzuempfehlen. Jede stärkere Körperbewegung im warmen Bade regt auf und veranlaßt eine auf unnatürliche Erregung beruhende Verstärkung der Hautthätigkeit, die in der Weise nicht gewünscht werden kann. Für gewöhnlich halte man den ganzen Körper bis an das Kinn unter dem Wasser. In den ersten zwei bis drei Tagen genügt es, ja es ist nothwendig, nur höchstens eine Viertelstunde im Bade zu weilen. Vom vierten Tage ab wäre täglich so viel an Zeit zuzugeben, daß mit dem siebenten oder achten Tage $^3/_4$—1 Stunden erreicht sei. Auf diese Weise gewöhnt sich der Körper allmälich an den ungewohnten Reiz, den die Bäder auf ihn ausüben müssen, und entgeht hierdurch manchen üblen Eindrücken. Uebrigens ist die Zeit des Verbleibens im Bade abhängig von der Individualität des Körpers und der Eigenthümlichkeit und dem Charakter der Krankheit und ihnen gemäß lediglich vom Arzte zu bestimmen. Länger als eine Stunde im Bade zu bleiben, ist unter allen Umständen eher schädlich als nützlich. Von Nutzen ist es, die schmerzhaften und angeschwollenen oder versteiften Körpertheile im Bade mit der Hand sanft zu reiben. Sobald stärkere Kopf- oder Brustschmerzen oder auch nur empfindlicher Druck in diesen Theilen oder sonst irgend erhebliche andere Zufälle sich einstellen, muß das Bad verlassen werden. Schwächere Kopfschmerzen oder geringe Eingenommenheit des Kopfes, wenn sie, wie oftmals und besonders in den ersten Tagen wegen des ungewohnten warmen Bades, von nicht erklecklichem Andrange des Blutes nach dem Kopfe herrühren, schwinden häufig schon im Bade, wenn die Stirngegend andauernd mit dem Badewasser benetzt wird, indem hierdurch der Kopf in gleicher Temperatur mit dem übrigen Körper gehalten wird, in Folge dessen das Blut wieder gleichmäßiger im Körper zirkulirt. Eben so hört ein geringer Brustschmerz oder Druck in der Brust häufig auf, wenn man für einige Zeit die Brust über dem Wasserspiegel des Bassins oder der Wanne emporgehalten hat. Man unterlasse es zu jeder Zeit, im Bade den ganzen Kopf mit dem Badewasser zu waschen oder gar unterzutauchen, weil dies im Bassin nicht nur unstatthaft ist, sondern überhaupt auch ernstlich schädlich werden kann, indem leicht eine Erkältung des Kopfes hierdurch veranlaßt wird. Das Benetzen und Waschen der Augen mit dem Badewasser muß in allen Fällen, in welchen es

nicht ausdrücklich zu besonderem Zweck anempfohlen wird, streng vermieden werden; denn das Wasser reizt die Augen und entzündet sie leicht. Wer an einem Bruche leidet, soll, um Unglück zu verhüten, niemals ohne eine Bruch-Bandage im Bade verweilen und muß zu diesem Zweck mindestens zwei Bandagen haben, die eine für das Bad, die andere zum gewöhnlichen Gebrauch. Das Schlafen im Bade ist schädlich und daher zu vermeiden.

Nach dem Bade verfüge sich Jeder wohl abgetrocknet und auf das sorgfältigste warm angekleidet unmittelbar und ungesäumt nach Hause. Bei kühler Witterung sei alsdann das Zimmer leicht erwärmt; stets aber müssen zu dieser Zeit dessen Thüren und Fenster geschlossen sein, damit nicht beim Eintreten durch Zug oder zu kühle Luft eine Erkältung eintrete, was um so leichter sich ereignen kann, da nach dem Bade der ganze Körper und die Haut zumal stärker erregt ist. Wer den erwünschten Nutzen von den Bädern erhoffen will, der erachte es für unerläßlich, alsbald nach einem jeden Bade mit einer wattirten oder wollenzeugenen Decke leicht bedeckt auf dem Sopha oder auf der Matratze eine halbe bis ganze Stunde der Ruhe zu pflegen und eine etwa eintretende verstärkte Hautthätigkeit, die durch das Bad eingeleitet worden, gehörig abzuwarten. Ist das Zimmer kühl, die Witterung ungünstig, so sei die Bedeckung sorgfältiger. Während die Ruhe nach dem Bade den Zweck hat, die durch das Bad bewirkte stärkere Reizung und Erregung des Körpers im Allgemeinen zu beschwichtigen und zu mildern und, wie dies der Ruhe bekanntermaßen überhaupt eigen ist, eine bessere ungestörte Verarbeitung des in den Körper Gelangten zu begünstigen, soll die gleichzeitige Körperbedeckung nur erzielen, daß die Hautthätigkeit, die nach jedem warmen Bade und in verstärktem Grade durch die natürlichen warmen Schwefelbäder lebhafter vor sich geht, keine äußere Störung erfahre. Aus diesem Grunde ist von der Bedeckung mit schweren Betten oder anderen zu stark erwärmenden Dingen abzurathen; denn auf diese Weise wird die Erregung und Erhitzung des Körpers unnatürlich noch vermehrt und die Haut künstlich zu übermäßiger Thätigkeit angeregt. Kann einerseits letzteres sicherlich nicht gewünscht werden, müssen nothwendig sogar Maßregeln getroffen werden, um hierin hindernd einzugreifen, so muß andererseits als unumstößlich der Grundsatz festgehalten werden, daß eine ohne alles sonstige Zuthun, lediglich in Folge der warmbrunner Bäder erfolgte vermehrte Hautthätigkeit, so lange sie nicht das von Sachkundigen nur zu

erkennende Maaß überschreitet, in den meisten Krankheiten, die in Warmbrunn Gegenstand der Heilung sind, unbedingt eine wohlthätige Wirkung nach sich zieht. Die vielfältigsten, in Warmbrunn und überall, wo natürliche warme Schwefelquellen als Heilmittel zur Anwendung kommen, zu allen Zeiten hierüber gemachten Erfahrungen drücken diesem Grundsatze den Stempelstetiger Vollgültigkeit auf. Wollte Jemand glauben, daß, wenn nach dem Bade die Haut thätiger wird, diese alsdann das im Bade aufgenommene Wasser wieder eben so von sich gebe, wie es in sie gekommen, daß man so zu sagen das Bad wieder ausschwitze, so würde er hiermit das Geständniß einer völligen Unkenntniß des menschlichen Körpers und seiner verschiedenen Funktionen ablegen. Da nach genommenem Bade auch die Harnausscheidung vermehrt, ja selbst zuweilen die Darmausleerung befördert und dünnflüssiger wird, so könnte man, wenn die obige Annahme nicht eben grundfalsch wäre, mit demselben Rechte behaupten, daß auch mit dem Urin oder dem Darmabgange das im Bade aufgenommene Badewasser wieder aus dem Körper geführt werde; denn nur hinsichtlich der Zusammensetzung ihrer Bestandtheile sind diese drei Ausscheidungsprodukte verschieden, bezüglich der Naturbestimmung aber, daß durch sie der Körper von der Schlacke, von den bei dem Ernährungsprozeß untauglich gewordenen Rückbleibseln befreit werde, sind sie einander völlig gleich. Das genommene Bad, wie man sich auszudrücken pflegt, durch die Haut wieder auszuschwitzen, ist in Wahrheit ganz unmöglich, eben so wie es unmöglich ist, daß ein innerlich genommenes Heilmittel, welches die Hautthätigkeit steigert, als solches wieder durch die Haut ausgeschwitzt werden kann. Die Stoffe nämlich, welche die Haut als Produkt ihrer Thätigkeit ausdünstet oder ausschwitzt, kommen letzterer aus dem Blute zu, und zwar in solcher Eigenschaft, daß die Haut ihre Aufgabe, jene durch die Poren und Schweißdrüsen aus dem Körper dringen zu lassen, zu erfüllen im Stande ist. Ganz so verhält es sich mit dem Produkt der Nieren; aus dem Blut wiederum beziehen auch sie diejenigen Bestandtheile, die sie vermöge ihrer eigenthümlichen Organisation und gemäß ihrer natürlichen Bestimmung in der flüssigen Form des Urins aus dem Körper zu entfernen haben. Eine ganz gleiche Bewandtniß hat es in dieser Hinsicht mit dem Produkt der Darmausscheidung, dem Darmkoth. Auf demselben Wege, den das Blut mit allen in ihm enthaltenen Bestandtheilen, nährenden und nichtnährenden, den ganzen Körper durchströmend nimmt, entledigt sich dasselbe bei Gelegenheit, wo

es das Material zum Wiederersatz des Verbrauchten absetzt, gleichzeitig auch aller nicht mehr ernährungsfähigen Bestandtheile, die in den verschiedenen dazu angewiesenen Aussonderungsorganen verschiedentlich verarbeitet und auf bestimmten Ausführungswegen in verschiedentlicher Form und Gestalt aus dem Körper ausgeführt werden. Die Bäder sind nicht als ein rein äußeres Mittel zu betrachten, vielmehr sind sie als ein wirklich inneres anzusehen; denn sie werden, wie bereits erörtert worden, mit allen etwa in ihnen innig gemischt und gelöst enthaltenen Bestandtheilen in das Blut eingeführt und mit ihm durch den ganzen Körper geführt. Die Veränderungen, welche in der Art durch die Haut angewandte Heilmittel in dem Blute und vermittelst desselben in den verschiedenen Organen veranlassen, kommen denen gleich, welche gleiche Heilmittel, durch den Magen aufgenommen, im Blute und in den verschiedenen Organen hervorrufen. Das Krotonöl z. B. wirkt, innerlich genommen, schon in kleinen Gaben stark abführend. Reibt man dasselbe Oel an irgend einer Stelle der Haut des Unterleibes ein, so entsteht, auch wenn die Haut unverletzt bleibt, gleichfalls und in kürzester Zeit starke Darmausscheidung. Brechweinstein in die Haut eingerieben erregt Uebelkeiten und Erbrechen ebenso, als wenn er innerlich angewendet wird. Spanische Fliegen durch den Magen eingeführt rufen starken Drang zum Harnen und Harnzwang hervor; werden dieselben an irgend einer Stelle der äußeren Haut unvorsichtig angewendet, so treten in der Regel dieselben Erscheinungen in den Harnwerkzeugen ein, auch wenn die Haut noch keine Verletzung erfahren hat. Der innere Gebrauch des Quecksilbers verursacht Speichelfluß und Geschwüre im Munde; dieselben Zufälle bewirkt das Quecksilber, wenn es in die äußere Haut eines vom Munde ganz entfernt liegenden Theiles eingerieben wird. Hierauf gründet sich die Anwendung von Medikamenten in Bädern, falls ihrem inneren Gebrauch Hindernisse in den Weg treten, oder in anderer Absicht dieser ihrer Anwendungsart der Vorzug eingeräumt wird. Auf diese Weise vermögen beispielsweise Merkurialbäder eben so sicher die Syphilis zu heilen als der innerlich genommene Merkur, und Chinabäder, worüber Erfahrungen vorliegen, eben so bestimmt das Wechselfieber zu beseitigen, als die innerlich genommene China. Diese Thatsachen sprechen unzweideutig und unwiderleglich, daß durch die Haut wirklich Heilmittel in das Innere des Körpers gelangen und wirksam sich äußern. Daß aber auch durch die Haut in das Blut aufgenommene Stoffe einer Umänderung und, wenn ihre Eigenschaften

es zulassen, einer organischen Verähnlichung im Blute selbst unterworfen werden und rückwirkend eine Umänderung und Umstimmung des Blutes bewerkstelligen, dafür spricht unbezweifelbar der Umstand, daß man in Fällen, wo das Einbringen von Nahrungsmitteln in den Körper durch den Magen unmöglich wird, dessen Ernährung einzig und allein dadurch noch zu bewerkstelligen im Stande ist, daß Nahrstoffe, wie z. B. Bouillon, Milch, in Form von Bädern angewendet werden. In Abrede kann ebenfalls nicht gestellt werden, daß in Krankheiten wirkliche Krankheitsstoffe durch die Haut ausgeschieden werden. Den gründlichsten Beweis dafür geben beispielweise der gelbe, Gallentheile enthaltende Schweiß in der Gelbsucht, der oftmals sauer riechende Schweiß im Rheumatismus und der nicht selten kalkartige Theile absetzende Schweiß in der Gicht. Aus allem dem Beigebrachten wird sich der Nutzen der Ruhe und der nicht zu störenden maaßvoll vermehrten Thätigkeit der Haut nach dem jedesmaligen Bade von selbst herausstellen. Der Schlaf unmittelbar nach dem Bade bekommt erfahrungsgemäß Vielen nicht. In der Regel fühlt man sich nach demselben mehr ermattet als gestärkt; man unterlasse daher nach dem Bade zu schlafen.

Badeordnung.

Niemand erhält bei Beginn der Kur Zutritt zu den Bassinbädern, der nicht, vorher ein Vorbereitungsbad von gewöhnlichem Wasser genommen zu haben, nachweisen kann. In den Bassins werden die Bäder gemeinschaftlich, jedoch nach dem Geschlecht gesondert, zu bestimmten Stunden des Tages genommen. Die Badenden sind mit langen, stets reinen Badehemden von Linnen versehen. Nach beendigtem Bade entledigt man sich ungesehen des nassen Badehemdes in der Solitude, nimmt dafür einen wollenen Bademantel um und eilt nach dem erwärmten Kabinett, in welchem das Auskleiden stattgefunden hatte, um sich daselbst unter Beihülfe der Badebedienung vollständig abzutrocknen und anzukleiden, und begiebt sich unmittelbar hierauf in seine Wohnung. Damit nicht in Folge des gemeinschaftlichen Badens Ueberfüllungen in den Bassins entstehen, sind die Badenden in drei Klassen eingetheilt, für deren jede bestimmte Badestunden festgesetzt sind. Sowohl im großen als im

kleinen Bade baden die Herren der ersten Klasse von 4 bis 6 Uhr früh und von 2 bis 3 Uhr Nachmittags; die Herren der zweiten Klasse von 10 bis 11 Uhr früh und von 5 bis 6 Uhr Nachmittags; die Frauen der ersten Klasse von 7 bis 9 Uhr früh und von 3 bis 4 Uhr Nachmittags; die Frauen der zweiten Klasse von 9 bis 10 Uhr früh und von 4 bis 5 Uhr Nachmittags. In den Stunden von 6 bis 7 Uhr des Morgens und von 11 bis 2 Uhr Mittags wird nicht gebadet, zu dem Zwecke, daß das Wasser der Bassins in dieser Zeit durch einen ruhigeren Ab- und Zufluß sich abkläre und die Badekabinette und die anderen Baderäume für die folgenden Stunden mit der nöthigen Sorgfalt in Bereitschaft gesetzt werden können. Zu gleichem Zweck werden die Bäder um 6 Uhr Abends geschlossen.

Die dritte Klasse badet ausschließlich nur in dem Leopoldsbade gleichfalls nach einer bestimmten Ordnung der Badestunden. Diejenigen, welche die Bäder bezahlen, baden in den ersten Stunden, die Freibadenden der ärmeren Klasse in den folgenden.

Kranken, welche an Ausschlägen, offenen Wunden, Geschwüren oder überhaupt an anderen widrigen, Ekel erregenden Uebeln leiden, ist der Zutritt zu den Bassinbädern auf's Strengste untersagt; sie baden in den Kur-Wannenbädern und erhalten ihre eigene Wanne. Frauen ist während der Menstruation das Baden in den Bassins nicht gestattet, ganz abgesehen davon, daß, wenn diese normal vor sich geht, das Baden schadet. In einzelnen Fällen krankhafter Menstruation, z. B. bei der zu geringen, kann es wohl zweckmäßig und wünschenswerth werden, sobald sich die Regeln zeigen, die Bäder anzuwenden, um sie hierdurch stärker in Fluß zu bringen. Unter solchen Umständen werden die Bäder in der Wanne benutzt.

Diejenigen Kranken, welchen die Anwendung der Douche-Bäder angerathen wird, nehmen dieselben vor dem Bade in den Bassins oder den Wannen, und zwar genau in der Reihefolge, wie sie Behufs der Douche in das Douchlokal eingetreten waren. Die Stunden, in welcher die Douchen genommen werden, richten sich genau nach der Zeit, in welcher gebadet wird; es ist daher nothwendig, daß die Badenden aller Klassen mindestens eine halbe Stunde vor der für sie festgesetzten Badezeit in den Bassins oder den Wannen sich in die Douche-Anstalt begeben. Man versammelt sich zu dem Zwecke in dem oben erwähnten, an jede Douche anstoßenden wohlgeheizten Zimmer, um sich auszukleiden, und begiebt sich

nach beendigtem Douchen in dasselbe wieder zurück, um nach vorsichtiger Wiederankleidung von dort in die Bassins oder die Wannenkabinette zu gehen. Diejenigen, welche im großem Bassin baden, gehen, geschützt vor Einwirkungen der äußeren Luft, durch einen vollständig abgeschlossenen, gedeckten Gang von der Douche in das Bad; diejenigen aber, welche im kleinen Bassin baden, sind genöthigt, nach der Douche sich dem Einflusse der Luft auszusetzen, und müssen daher mit großer Vorsicht für eine warme, schützende Bekleidung nach genommener Douche Sorge tragen. Weil überhaupt unmittelbar nach der Douche jeder erhebliche Temperaturunterschied leicht eine Erkältung herbeiführen kann, ist eben die Anordnung getroffen, daß die Douche=Bäder vor den Bassins= und Wannenbädern genommen werden. Tritt wirklich in der bezeichneten Weise eine Erkältung ein, so wird diese in den Bädern schnell wieder ausgeglichen, und es kommt daher selten vor, daß Erkältungen der Art Gegenstand einer Klage der Kurgäste werden.

Manche unserer, mit den Verhältnissen der Badeanstalten noch wenig vertrauten Kurgäste sind zuerst gegen das gemeinschaftliche Baden eingenommen. Eine vorurtheilsfreie Beurtheilung wird indeß jedes Bedenken gegen dasselbe zu heben nicht verfehlen, wenn die Genesung als hauptsächlichster und erster Zweck der Badekur fest im Auge behalten wird. Jeder, der ein unparteiisches Urtheil sich zu bewahren weiß, wird bald eingestehen müssen, daß sowohl in den Bädern als auch in den anderen Kur=Anstalten die größtmögliche Ordnung und Reinlichkeit streng gehandhabt werden. Wenn das Badewasser, welches sich durch beständigen Ab= und Zufluß stets von selbst erneuert, dennoch oftmals trübe, ja sogar zuweilen etwas molkig erscheint, so rührt dies lediglich von jenen oben näher erörterten chemischen Prozessen her, die in dem Wasser selbst bei dem Zusammentritt mit der Luft vor sich gehen; dieses kommt dem Bade bezüglich seiner Wirkung eben zu Gute, und ist daher ebenso wenig schädlich als degoutant. Man untersuche die zuweilen auf der Oberfläche des Wassers schwimmenden, schwarzbraunen flockigen kleinen Massen nur näher und man wird bald finden, daß sie aus einer Moosart, der bereits gleichfalls schon Erwähnung geschehen, bestehen. Wie soll auch das Badewasser in jene Beschaffenheiten durch den Badenden versetzt werden können, da gesetzlich Jeder, der zum ersten Male im einem der Bassins badet, vorher ein Wannenbad von gewöhnlichem Wasser zu nehmen genöthigt wird und in der nächstfolgenden Zeit täglich einmal, Mancher selbst zwei=

mal badet! Wird auf die verschiedenen Krankheiten hingewiesen, die an Denen haften, mit welchen man zusammen badet, so muß entgegnet werden, daß keiner, der an einer ansteckenden Krankheit, an Ausschlägen, Wunden u. s. w. leidet, in den Bassins baden darf und daß überhaupt erfahrungsgemäß im Wasser keine Ansteckung geschehen kann. Daß keine allzu große Ueberfüllung in den Bädern stattfinde, wird nach Möglichkeit Sorge getragen; daß aber eine größere Eleganz in denselben herrsche, hindern die aus den Bädern sich entwickelnden und aufsteigenden Dünste, die mit Mineralstoffen versehen sind und die alle Farben, alles Holzwerk, selbst Metall schwärzen, angreifen und mit der Zeit selbst zerstören. Wohl zu berücksichtigen ist aber die gesellige Zerstreuung, die das gemeinschaftliche Baden gewährt, wodurch Mancher nur an seine Leiden zu denken abgezogen wird, während man, allein im Bade sitzend, gar leicht geneigt ist, Gemüthsverstimmungen nachzuhängen. Wenn aber trotz alledem die Abneigung gegen das Zusammenbaden nicht aufgegeben werden kann, dann bade man allein in den zweckmäßig eingerichteten Wannenkabinetten.

Anzahl der Bäder.

Die Anzahl der Bäder, welche genommen werden sollen, um bei tief eingreifenden Krankheiten den Heilzweck zu erreichen, kann unmöglich Gegenstand irgend einer voraussichtiger Berechnung sein. Diese erst im Verfolge der Kur mögliche Bestimmung muß einzig und allein dem Badearzte anheimgegeben werden, weil sie durch nichts Anderes, als durch die genaue Beobachtung der Empfänglichkeit des Kranken für die Bäder, der allgemeinen Erscheinungen, welche als Rückwirkungen der Bäder auf den Körper eintreten, und des besonderen Verlaufes, den die Krankheit selbst in Folge der Bäder nimmt, begründet werden kann. Jeder andere Anhaltspunkt dafür widerspricht der gesunden Vernunft. Es ist daher als ein Mißgriff zu betrachten, wenn Kranke bei ihrer Ankunft im Kurorte sogleich die Anzahl der Bäder kategorisch angeben, die sie zunehmen Willens sind; ein Mißgriff, der dem ganz gleich steht, den ein Kranker begehen würde, wollte er bestimmen, wie lange er diese oder jene Arznei, die ihm vom Arzte verordnet wird, nehmen wollte. Die

natürlichen warmen Schwefelquellen, zumal die, deren Temparatur + 28 bis + 29 Grad R. beträgt, sind nach dem einstimmigen Urtheile aller Aerzte als große, kraftvoll wirkende Heilmittel zu betrachten. Wer daher solche Mittel in Krankheiten anwenden will, muß auf das Genaueste mit ihrer eigenthümlichen Wirkungsweise vertraut sein; er allein — und es kann dies kein anderer als der Badearzt sein — wird je nach Verschiedenheit der Individualität des Kranken und je nach Verschiedenheit des Charakters und Ausbildungsgrades der einzelnen Krankheiten im Stande sein, nicht nur die richtige Methode, sondern auch die nothwendige Begränzung ihrer Anwendung aufzufinden. Von Beiden hängt das Wohl und Wehe des Kranken ab. Die Anzahl der Bäder, die für den speziellen Fall nothwendig werden möchten, zu bestimmen, darf also von keiner Willkürlichkeit abhängig gemacht werden, sondern muß lediglich auf sachkundiger Beurtheilung aller Umstände, die den Kranken und die Krankheit betreffen, beruhen. In dieser Beziehung würden zu wenige Bäder nicht nur den Heilzweck nicht erreichen lassen, sondern können sogar auch eben so nachtheilig werden, als ein Uebermaaß derselben. Oftmals erheischt eine gewisse Zähigkeit des Körpers und Hartnäckigkeit der Krankheit einer größeren Beharrlichkeit und Ausdauer in der Kur von Seiten des Kranken, wenn das erwünschte Ziel, Genesung, vollkommen erreicht werden soll.

Ein Rückblick auf die geschilderten Wirkungen der Bäder in Warmbrunn muß einem Jeden die Ueberzeugung gewinnen lassen, daß ein zweimaliges Baden an einem Tage in den meisten Fällen nur Schaden und keinen Nutzen stiften kann. Eine zehnjährige sorgfältige Beobachtung der Wirkungen der warmbrunner Heilquellen bei vielen Tausenden von Kranken der verschiedensten Art giebt mir die Berechtigung, es auszusprechen, daß die Doppelbäder ein nicht stark genug zu rügender, durch die Zeit tief eingewurzelter Mißbrauch sind, der in Aachen, Baden, Wiesbaden u. a. ähnlichen Bädern gar nicht gekannt ist und den leider in der Regel die Kranken, die gutem Rath ihr Ohr verschließen, oft schwer büßen müssen. Um einen gewichtvollen Gewährsmann für diese unsere Ansicht zu haben, führen wir den erfahrnen, mit unseren Heilquellen genau vertrauten Wendt selbstredend an, um so mehr, da wir dem Gesagten unsere volle Beistimmung geben müssen. In dessen Werke über Warmbrunn heißt es wörtlich: „In Warmbrunn wird zwei„mal gebadet, und es gab eine Zeit, wo das zweimalige Baden ganz an

„der Tagesordnung war. Dies ist ein Mißbrauch, der nirgends weniger „als in Warmbrunn zur Regel gemacht werden sollte. Durch langes „Sitzen im Bade und täglich zweimaliges Baden ist sehr wenig gewonnen. „Die Natur bedarf nur eines kurzen Impulses, aber einer längeren Zeit, „um in der Richtung fortzuwirken, und diese Zeit muß der fortwirken= „den inneren organischen Thätigkeit gelassen werden. In Warmbrunn „kann und darf das Abend= (richtiger Nachmittags=) Bad niemals zur „Regel werden. Die Einwirkung dieser Heilquellen ist von der Art, daß „früh von denselben das Beste zu erwarten ist. Besondere Momente und „Motive, die sich im Voraus nicht angeben lassen, können in einzelnen „Fällen ein Nachmittagbad zulässig machen, aber nie darf dasselbe ge= „setzlich und planmäßig geduldet werden. Abgesehen von der Unzuläs= „sigkeit des zweimaligen Badens aus dem medizinisch=praktischen Stand= „punkte, indem ein kräftiges Thermalbad eine Reaktion im Körper her= „vorruft, welche einige Zeit bedarf, um sich wieder auszugleichen, ist das= „selbe auch aus medizinisch=polizeilichem, niemals zulässig. Natürliche „warme Mineralbäder, in welchen täglich zweimal, also fast ununter= „brochen gebadet wird, können bei dem besten Willen der Verwaltung „und bei allen ihr zu Gebote stehenden Mitteln nicht so reinlich (was „hier wesentlich ist) erhalten werden, als Bäder, welche täglich nur in der „früheren Hälfte des Tages benutzt werden dürfen.“ Die angedeuteten Fälle, in denen das zweimalige Baden an einem Tage wohl ersprießlich werden kann, sind hauptsächlich auf Kontrakturen und sonstige Versteifungen der Glieder, auf Knotenbildungen an den Gelenken in Folge von Gicht, auf manche Lähmungszustände, auf Verhärtungen der Drüsen und noch auf manche andere, mit Hartnäckigkeit am Körper haftende langwierige Leiden zu beziehen. Immer aber wird selbst in solchen Fällen die Anwendung der Doppelbäder die genaueste Prüfung und Erwägung von Seiten des Arztes erforderlich machen; denn wenn auch die Krankheit sich für dieselben eignet, so eignet sich nicht immer auch der Kranke für sie.

Wirkung und Gebrauchsweise der Trinkquelle.

Die Wirkungen, welche dem inneren Gebrauche des Schwefelwassers der Trinkquelle folgen, sind im Allgemeinen von denen der Bäder wenig verschieden. Die innere Anwendung des warmen Schwefelwassers kann

daher in den meisten Krankheiten, gegen welche die Bäder Anzeige finden, gleichzeitig Platz greifen. Das Besondere der Erscheinungen, welches beim Trinken des Thermalwassers hervortritt, beruht zunächst nur auf der direkten Einwirkung desselben auf den Magen und auf dem ersten Impuls, der in Folge dessen von diesem Organe ausgeht. Wie die Haut bei der äußeren Anwendung des Heilswassers als Bad zuerst die Wirkung desselben erfährt und ihrer eigenthümlichen Organisation und Thätigkeit gemäß eigenthümlich auch empfindet, äußert und fortpflanzt, ebenso wird aus gleichen Gründen auch der Magen beim Trinken nach seiner ihm eigenen Weise den ersten unmittelbaren Eindruck des Genossenen eigenartig wahrnehmen, durch veränderte Stimmung bemerkbar werden lassen und auf andere Sphären des Körpers übertragen. In der Endwirkung, die in Verbesserung der Säftemasse, Umstimmung des organischen Stoffwechsels, stärkere Bethätigung der meisten Ausscheidungsorgane und Regulirung der Nerventhätigkeit besteht, kommen beide Anwendungsarten zusammen. Hiermit soll keineswegs gesagt sein, daß diese Erstwirkungen keine Berücksichtigung bei dem Gebrauch unser Heilquellen verdienen, vielmehr werden sie für die Methode ihrer Anwendung oftmals sogar entscheidend sein.

Das warme Schwefelwasser innerlich genommen, wirkt zunächst auf die Magennerven. Die ersten Empfindungen, die wahrgenommen werden, sind daher ein Gefühl von nicht unangenehmer Wärme im Magen, die sich bald dem übrigen Körper mittheilt, von Weichlichkeit, die sich zuweilen bis zum leichten Ekel steigert und alsdann Widerwillen gegen das Trinken desselben veranlaßt, und von Völle im Magen. Zugleich nun auch verändert das Wasser die Eigenschaften des Magensaftes, wodurch leichtes Aufstoßen mit bitterlichem, ein wenig schweflichtem oder auch nur fadem Geschmack verbunden, erzeugt wird. Bei Personen mit leicht erregbarem Nerven- und Gefäßsystem im Allgemeinen und gesteigerter Empfindlichkeit des Magens insbesondere können die eben erwähnten Erscheinungen neben anderen einen höheren Grad erreichen; es entsteht Wallung im Blute, vermehrte Wärme des ganzen Körpers, besonders im Kopfe, Eingenommenheit und selbst Schmerz desselben, leichter Schwindel, Druck im Magen, verminderte Eßlust, Aufstoßen nach faulen Eiern, Ekel und selbst Erbrechen. Alle diese Erscheinungen pflegen meist nur zu Anfang der Trinkkur einzutreten und verlieren sich, wenn man an den Genuß des Wassers mehr gewohnt worden und dasselbe in angemessener Menge und unter strenger Befolgung

der angeordneten Vorsichtsmaßregeln trinkt; denn eigentlich ist das warmbrunner Schwefelwasser nicht eben schwer verdaulich und wird, wenn die Methode der Anwendung in den einzelnen Fällen die richtige ist, in der Regel gut vertragen. Der methodische innere Gebrauch der Trinkquelle ist von der heilsamsten Wirkung und als ein im hohen Werthe stehendes Unterstützungsmittel der Bäder zu erachten. Leider gelingt es nicht immer, die Kranken hiervon zu überzeugen, und mit großem Unrecht wird oft anderen Mineralbrunnen der Vorzug gegeben, aus dem einzigen Grunde, weil sie besser von Geschmack sind. Die Aerzte älterer Zeit, welche mit ungetrübtem Blick ihre Beobachtungen in Warmbrunn anstellten, hatten mit großer Vorliebe das Trinken des Heilwassers ihren Kranken in den geeigneten Fällen empfohlen und sie hatten keinen anderen Grund dafür, als die Erfahrung, daß ein segensreicher Erfolg selten darnach ausbleibe. Es muß auch dem Nichtarzte einleuchtend werden, welchen großen Nutzen das Trinken des Thermalwassers in Krankheiten haben muß, die in den inneren Oberflächen des Körpers, wie z. B. im Magen, Darmkanal, ihren Ursprung nehmen und von hier aus die Organe, welche mit ihnen zunächst im Zusammenhange, und auch entferntere, die in funktioneller oder in mitleidenschaftlicher (sympathischer) oder gegenwirkender (antagonistischer) Beziehung stehen, miterkranken machen oder wenn umgekehrt von anderer Seite her Krankheiten dorthin überpflanzt worden; denn das Heilwasser tritt hier mit der Ursprungs- und der Ueberpflanzungs-Stätte der Krankheit in unmittelbare Berührung und Einwirkung. Die methodische Trinkkur, obgleich überall statthaft, wo die Bäder angezeigt sind, findet daher mit dem entschiedensten günstigen Erfolge Anwendung neben den Bädern in allen den bereits früher genannten, genauer charakterisirten und in ihrem ursächlichen Zusammenhange näher erörterten Krankheiten des Magens und Darmkanals, besonders wenn die Ab- und Aussonderung auf der inneren Oberfläche dieser Organe krankhaft vor sich geht und es zu vermehrter, mit Säurenbildung verbundener Schleimerzeugung in den ersten und zweiten Verdauungswegen gekommen ist, ferner in langdauernden, hartnäckigen Magenkrämpfen und Koliken, desgleichen in Stockungen und Stoffablagerungen in den Drüsen des Unterleibes, vorzüglich in der Leber, so auch in langwierigen, veralteten Katarrhen des Kehlkopfes und der Lungen, bei hartnäckiger, langwieriger Heiserkeit, im Blasenkatarrh, in Nierenkrankheiten, die mit Schleim- oder Harngries-Bildung verbunden sind, in Brustkrämpfen gewisser Art und bei Metallvergiftungen. Wahre Magen-

schwäche, Schwäche des Darmkanals und hiervon abhängende anhaltende Neigung zu Diarrhöen, wahre Nervenschwäche, Neigung zu Blutcongestionen nach der Brust und zu Bluthusten, fieberhafte Aufregung verbieten den inneren Gebrauch der Trinkquelle.

Der Brunnen muß wegen seiner gasigen Bestandtheile jedesmal an der Trinkquelle nicht zu langsam getrunken werden, und bekommt am Besten in den Frühstunden bei nüchternem Magen und gehöriger Bewegung im Freien. Letztere darf keine rasche, den Körper zu sehr erregende sein, dann erfüllt sie den Zweck, zu einer gleichmäßigeren Verarbeitung und verstärkten Wirkung des Brunnes beizutragen. Zwischen jedem, 6—8 Unzen des Brunnens enthaltenden Becher, welcher genommen wird, bewege man sich 15 bis 20 Minuten gemessenen Schrittes. Sobald vom ersten Becher kein Unbehagen empfunden wird, nimmt man bei Beginnen der Trinkkur noch einen zweiten, und steigt auf diese Weise von 2 zu 2 Tagen so lange um einen Becher, bis deren 5—6, höchstens 7—8 erreicht sind. Nach dem letzten Becher werde die Bewegung 3/4 Stunden bis zu einer Stunde fortgesetzt; das Frühstück kann alsdann, wenn man in der Wohnung angekommen ist und ein wenig ausgeruht hat, genommen werden. Das Letztere gilt für die Herren, welche in den frühen Morgenstunden baden und somit erst nach dem Bade trinken können; in Betreff der Frauen jedoch, welche früh von 7—9 und von 9—10 baden, ist es Regel, daß sie unmittelbar nach beendigtem Trinken in die Bäder sich begeben und erst, wenn sie gebadet und nach dem Bade der nöthigen Ruhe sich überlassen haben, das Frühstück einnehmen. Diese Maaßregel verhütet jede, die naturgemäße Wirkung des Bades störende Fülle des Magens, die durch das Frühstücken gleich nach dem Brunnentrinken nur gar zu leicht unter den gegebenen Umständen entstehen kann, da für die gehörige Verdauung des Genossenen nicht Zeit genug übrig bleibt. Damit aber auch der Brunnen vollständig verdaut sei, bevor das Bad genommen wird, ist es meist nöthig, daß die Frauen, welche in den ersten Stunden baden, das Brunnentrinken früh um 5 Uhr beginnen, damit dasselbe um 7 Uhr in der vorschriftsmäßigen Weise beendet sein kann. Den Frauen, welche erst um 9 Uhr baden, ist es gestattet, nach beendigtem Trinken eine Tasse leichten Kaffees oder Milch, ohne etwas Festes dabei zu genießen, zu sich zu nehmen, ehe sie in das Bad gehen. Die Herren der zweiten Klasse, deren Badestunde erst um 10 Uhr festgesetzt ist, müssen es so einrichten, daß das gewöhnliche, jedoch nur sehr mäßige Frühstück

nach dem kurgemäßen beendigten Brunnentrinken 1½ bis 2 Stunden vor dem Bade stattfinde.

Bei empfindlichem Magen und leicht störbarer Verdauung wird der Brunnen, mäßig und vorsichtig genossen, dennoch meist gut vertragen, wenn vor dem Trinken eine Tasse eines leicht gewürzhaften Thees genommen wird. Stellt sich bei dem Gebrauch des Brunnens Vollheit, Druck oder eine schmerzhafte Empfindung im Magen, Aufblähen des Unterleibs, Uebelkeit oder gar Erbrechen, Eingenommenheit des Kopfes ein, so fahre man für diesen Tag mit dem Trinken nicht weiter fort, versuche für den nächst folgenden Tag eine Tasse gewürzhaften Thees vorher zu sich zu nehmen und verringere die Zahl der Becher, falls man schon in der Kur etwas weiter vorgegangen war. Hilft das nicht, so setze man deshalb das Trinken noch nicht ganz aus, sondern enthalte sich desselben für zwei bis drei Tage und beginne dann vorsichtig von Neuem. Helfen alle diese Maßregeln nicht, und kehren die erwähnten Erscheinungen immer wieder zurück, so muß allerdings von dem Trinken ganz abgestanden werden. Wo die Verdauung immer schon schwach und gestört war, darf mit dem Brunnentrinken erst gar nicht begonnen werden.

Die Dauer der Trinkkur ist im Voraus nicht bestimmbar, sondern muß von dem jedesmaligen Verhalten des Kranken und seiner Krankheit abhängig gemacht werden. Nicht in allen Fällen wird der Brunnen, so wie er ist, getrunken. Wenn es in dem Heilzwecke liegt, in verstärkterem Grade auflösend einzuwirken und die Darmausscheidung lebhafter anzuregen, so wird dem Trinkbrunnen das leicht auflösbare Karlsbader Salz beigemischt; wenn es in den Nieren zu Harnsandbildung gekommen ist, leistet der Zusatz von kohlensaurem Laugensalz die ersprießlichsten Dienste; bei empfindlichen, reizbaren, nervenschwachen Kranken, bei solchen auch, deren bessere Ernährung Berücksichtigung verdient oder deren Säfte zur Erzeugung sogenannter Schärfen sich hinneigen, eben so auch bei Brustleiden mancher Art, ist die Beimischung von süßen Molken oder nach Umständen von lauer Milch zum vierten oder fünften Theil überaus heilsam und hülfreich.

Das Einathmen der Gase.

Das in den Heilquellen Warmbrunns beständig sich entwickelnde, in großen Blasen an der Wasseroberfläche bemerkbare Gas zeigt ein Gemisch von Schwefelwasserstoffgas, Stickgas und Kohlensäure. Der für unsere Heilquellen charakteristische Hauptbestandtheil dieser Gasmischung ist das Schwefelwasserstoffgas. Diese Gasart im reinen Zustande ist dem Leben feindlich und unterdrückt, zerstört dasselbe gänzlich, wenn es in größerer Quantität eingeathmet wird. In geringerer Menge von den Athmungsorganen aufgenommen, bewirkt es starke Blutanhäufung in denselben, denen bald Entzündung nachfolgt. In sehr kleiner Menge schon zieht es Eingenommenheit und Schmerz des Kopfes nach sich. Selbst dann, wenn es der atmosphärischen Luft mehr als zum siebenten Theil beigemengt ist, bleiben lebensgefährliche Erscheinungen, die das Einathmen nach sich ziehen, nicht aus. Athembar wird dieses Gas erst, wenn es nur einen sehr geringen Gemengtheil der atmosphärischen Luft ausmacht; alsdann aber auch ist seine heilsame Wirkung, die es vorzugsweise auf die Athmungswerkzeuge richtet, von großem Werth. In dem Maaße, wie dieses Gas in den Bassins sich entwickelt und mit der atmosphärischen Luft im Baderaume sich mischt, wirkt es, eingeathmet, beruhigend und besänftigend auf die Nerven des Kehlkopfes, der Luftröhre und der Lungen, wenn ihre Reizbarkeit und Empfindlichkeit krankhaft gesteigert ist, und beschränkt in gleichem Maaße stärkere Aufregung in den Blutgefäßen dieser Organe.

Das Stickgas, obgleich ein wichtiger und Hauptbestandtheil der atmosphärischen Luft, ist, rein eingeathmet oder wenn es in größerer Quantität über das natürliche Maaß in der Luft enthalten ist, von ähnlichem zerstörendem Einfluß auf das Leben, wie das Wasserstoffgas. In sehr geringer Menge, wie dasselbe in unseren Bädern entbunden wird, der atmosphärischen Luft zugeht und sich ihr beimengt, übt es denselben heilsamen Einfluß auf die Nerven und das Blut aus, wie die erstere Gasart, jedoch mit dem Unterschiede, daß diese seine Einwirkung sich mehr auf das ganze Nerven- und Blutsystem ausbreitet.

Ganz ähnliche Bewandtniß in Beziehung auf Athmung und Rückwirkung auf das Leben im Allgemeinen hat es mit dem kohlensauren Gas, welches gleichfalls einen beständigen, aber nur in sehr geringem Verhältniß vorhandenen Bestandtheil der Atmosphäre bildet. Seine besondere Wirkung jedoch ist von der vorgenannter Gasart wesentlich verschie-

den. Das kohlensaure Gas, rein oder mit atmosphärischer Luft vermischt eingeathmet, wirkt im Allgemeinen reizend und erregend auf das Nerven- und Gefäßsystem, und das Uebermaaß tödtet durch den höchsten Grad dieser Wirkungen; in schicklicher Menge und Form aber als Heilmittel eingeathmet, verbessert dasselbe vorzugsweise krankhafte Ab- und Aussonderungen der Lungen und der zu ihnen gehörenden Organe, ohne gerade heftig erregend auf deren Nerven und Gefäße sich zu äußern.

Die Kenntniß der Einzelwirkung dieser drei Gasarten, die in unseren Heilquellen zusammengemischt, zu einem eigenthümlichen Ganzen vereint und mit Wasserdämpfen gemengt ausströmen und sich der umgebenden atmosphärischen Luft mittheilen und mit ihr verbinden, könnte wohl theoretische Anhaltspunkte gewähren für deren Anwendung in Krankheiten; allein in diesem Ganzen liegt eine untheilbare Summe von Wirkung, welche nur die Erfahrung festzustellen vermag.

Die Einathmung dieser Dämpfe als Beihülfsmittel der Bäder ist besonders heilsam in veralteten mit Schleimauswurf und Husten verbundenen Katarrhen der Lungen, der Luftröhre und des Kehlkopfes. Hier tragen die eingeathmeten Dämpfe dazu bei, den Schleim zu lösen, die Absonderung in der Schleimhaut der Athmungsorgane zu regeln und zu verbessern und den Reiz zum Husten abzustumpfen, ferner in Brustkrämpfen, sowohl solchen, die von den Lungennerven ausgehen, als auch in denjenigen, die in den Herznerven ihren Sitz haben. Hier stimmt dies Gasgemenge das krankhaft erhöhte Gegenwirkungsvermögen und die gesteigerte Empfindlichkeit der Lunge und des Herzens herab. Der hülfreiche Einfluß der eingeathmeten Gase in diesen Krankheiten wird um so sicherer hervortreten, je bestimmter überhaupt letztere ihrer Entstehung und ihrem Charakter nach für die Heilquellen Warmbrunns geeignet sind.

Alle in den Bassins Badenden nehmen zwar die ausströmenden Gase während des Bades durch die Lungen auf, allein Diejenigen, denen das Einathmen derselben als besonderes Beihülfsmittel anempfohlen wird, begeben sich außerdem noch zu einer anderen Zeit in den oberen Raum der Bassinbäder und verweilen daselbst eine halbe bis dreiviertel Stunden, nur zu dem Zwecke, die hier mit den aufsteigenden Gasen geschwängerte Luft einzuathmen.

Wirkung und Gebrauchsweise der Molken.

Wird die Milch chemisch zerlegt, so ergiebt sich, daß sie Butter, Käsestoff, Milchzucker, thierische Extraktivstoffe (Osmazom), Milchsäuere mehrere, theils im Wasser lösliche, theils unlösliche Salze und Wasser, dessen Gehalt 85 Prozent beträgt, enthält. Bei der Molkenbereitung werden Butter, Käsestoff und die im Wasser unauflöslichen Salze ausgeschieden, so daß in der zurückbleibenden Flüssigkeit nunmehr nur noch Milchzucker, thierische Extraktivstoffe (Osmazom), Milchsäuere, die löslichen Salze: milchsaure=, schwefelsaure=, phosphorsaure= und chlorsaure Salze, ein wenig Buttersäure und eine geringe Quantität Käsestoff als rückständige Bestandtheile enthalten sind. Die Ziegenmilch besitzt mehr zuckerhaltige Bestandtheile als die Kuhmilch, hingegen weniger Butter und Käsestoff als diese. Aus diesem Grunde gebührt bei der Molkenbereitung der Ziegenmilch der Vorzug vor der Kuhmilch.

Der berühmte schweizerische Arzt Tissot sagt von den Molken, daß sie eines der größten Heilmittel seien, die in der Natur vorhanden sind, und wer die vielfach wohlthätige Wirkung der Molken durch Erfahrung kennen gelernt hat, muß eingestehen, daß in diesem Ausspruche keine Uebertreibung liegt. Als Heilmittel betrachtet, sind die Molken einzig in ihrer Art, allgemein und ohne schädliche Neben= und Nachwirkungen angewendet werden zu können und in den verschiedensten Krankheiten selten eine Gegenanzeige zu finden. Es giebt kaum einen anderen Arzneikörper, der leichter, als die Molken, in die Säftemasse eintritt, in milderer Weise diese verbessert, verdünnt, gleichmäßiger mit den thierischen Stoffen sich verähnlicht und mehr den Stoffumsatz begünstigt; dabei wirken sie beruhigend auf die Nerven, herabstimmend auf das krankhaft erhöhte Gefäßleben und bethätigen nicht nur die Absonderungen, sondern verbessern sie auch, wenn sie regelwidrig abgeändert sind. In letzterer Richtung vermehren die Molken die Darmausscheidung, oft bis zum Laxiren, lösen den Schleim in den Lungen und erleichtern dessen Auswurf und verstärken auch die Harnabsonderung. Anfangs führen alle diese Absonderungsprodukte, je nach Verschiedenheit der Krankheit, auch krankhafte Stoffe mit sich fort, bis nach längerem Gebrauch der Molken die ganze Säftemasse des Körpers wieder zu einer naturgemäßen Beschaffenheit gelangt und der Stoffumsatz geregelt worden ist, wo dann auch wieder die

Absonderungsprodukte, sowohl ihrer Menge als Qualität nach, normalmäßig sich gestalten. Nicht zu übersehen ist, daß die Molken auch ein sanftes, leichtes Nahrungsmittel sind, welches bei krankhaft gesteigerter Reizbarkeit des Körpers und bei Nervenschwäche sehr hoch zu schätzen ist. In allen Krankheiten daher, welche auf tief greifenden Störungen der Ernährungsvorgänge im Körper beruhen, finden die Molken ihre vom besten Erfolge begleitete Anwendung. Als besonders wohlthätig und heilkräftig erweisen sich die Molken gegen verschiedene langwierige Krankheiten der Athmungswerkzeuge, gegen Husten, sowohl solche, welche mit Schleimauswurf verbunden vorkommen, und solche, die trocken auftreten und verlaufen, gegen Bluthusten, langdauernde Heiserkeit, Schleimschwindsucht und beginnende Tuberkelschwindsucht, gegen Eiterbildung in inneren Organen, gegen allgemeine Entkräftung, Abzehrung, gegen große Nervenempfindlichkeit und Nervenverstimmung, gegen Störungen der Blutbewegung im Unterleibe und Blutstockungen in den daselbst liegenden Organen, gegen die Skrofeln in allen Formen, besonders skrofulöse Drüsen-Anschwellungen und Verhärtungen, und gegen Hautausschläge.

Die Molken werden in Warmbrunn sowohl für sich allein als Molkenkur methodisch angewendet als auch in Verbindung mit der Badekur und auch als Zusatz zum Trinkbrunnen in Gebrauch gezogen. Aus der kurzen Darstellung der Wirkungsweise der Molken und ihrer Benutzung in Krankheiten ergiebt sich zur Genüge, daß viele Uebel, gegen welche die Heilquellen Warmbrunns hülfreich sich erweisen, in den Molken ein vortreffliches Beihülfsmittel finden.

Die Molken werden lauwarm und am zweckmäßigsten und gedeihlichsten des Morgens nüchtern getrunken. Man beginne die Kur mit einer geringen Quantität Molken. In den ersten zwei oder drei Tagen trinke man $1/4$ Quart; man gehe alsdann zu $1/2$ Quart über und steige allmälig bis zu $3/4$ und endlich bis zu einem Quart. Von $1/4$ Stunde zu $1/4$ Stunde genieße man einen Becher. Nach einem jeden derselben bewege man sich im Freien. Ist der letzte Becher genommen, so möge die mäßige Bewegung noch eine halbe bis ganze Stunde andauern. Manchem Kranken bekommen die Molken besser, wenn sie in Ruhe, ja selbst im Bette genossen werden. Es tritt dieser Fall besonders oft ein bei sehr schwächlichen, reizbaren Personen und solchen, die an Lungen- und Luftröhrenschwindsucht leiden. Gegen Ende der Kur vermindere man allmälig die bis dahin genommene Menge der Molken.

Obgleich die Molken wegen ihrer milden Bestandtheile im Allgemeinen leicht verdaulich sind und in der Regel gut vertragen werden, so verursachen sie doch in einzelnen Fällen, selbst bei ganz zweckmäßigem diätetischem Verhalten, Störungen der Verdauung, so daß im Verfolg ihres Gebrauchs der Appetit sich mindert, die Zunge belegt wird, pappiger Geschmack und Säurenbildungen im Magen sich einstellen und der Leib aufgebläht erscheint. Zuweilen macht diese nachtheilige Wirkung der Molken auf die Verdauung sich dann bemerkbar, wenn dieselben, anstatt, wie gewöhnlich, die Darmthätigkeit zu vermehren, Verstopfung in Begleitung führen. Schlägt der Versuch fehl, durch vorübergehend angewandte leichte Abführmittel die Darmauslehrungen zu regeln, so muß von dem weiteren Gebrauch der Molken abgestanden werden. Manchmal wird unter diesen Umständen der Zweck erreicht, wenn man in den Molken eine angemessene Gabe karlsbader Salz auflöst und sie in dieser Verbindung gut vertragen werden. Es ereignet sich aber auch, daß einzelne Personen eine Idiosynkrasie gegen die Molken haben und deßwegen diese nicht vertragen. Auch in solchen Fällen darf auf Fortsetzung des Molkengebrauchs nicht bestanden werden. Entstehen stärkere Diarrhöen, so dürfen diese in den ersten Tagen der Kur nicht als Veranlassung betrachtet werden, die Molken auszusetzen. In der Regel haben solche Durchfälle wohlthätige Folgen, weil in den Ausleerungen meist krankhafte Stoffe enthalten sind, und verlieren sich in kurzer Zeit von selbst; finden sich aber Durchfälle ein, wenn man in der Kur schon weiter vorgerückt ist, so vermindere man die Quantität der Molken. Wie lange Molken getrunken werden sollen, ist im voraus anzugeben nicht möglich; es muß der Einsicht des die Kur leitenden Arztes anheimgestellt bleiben, das Zeitmaaß je nach der Einwirkung auf die Krankheit, die derselbe im Verlaufe ihres Gebrauches durch getreue Beobachtung wahrnimmt, zu bestimmen.

Ueber den Gebrauch fremder Mineralbrunnen neben den warmbrunner Schwefelbädern.

Es wird zu allen Zeiten eine große Wahrheit bleiben, daß, wenn kräftig wirkende Heilmittel genau den Krankheiten angepaßt sind, gegen welche sie angewendet werden, ihre Wirkung um so reiner und sicherer erwartet werden darf, je vereinfachter man sie gebraucht. Mineralquellen, deren genau erwogener Kraft man zutraut, daß sie, als Bäder benutzt, die Wiederausgleichung abweichender Lebenszustände in bestimmter Richtung bewerkstelligen werden, muß daher, wo es nur irgend angeht, der Vorzug auch zum inneren Gebrauch eingeräumt werden, wenn es darauf ankommen soll, deren äußerer Anwendung durch Beihülfe eines geeigneten innern Mittels größeren Nachdruck zu verschaffen. Für den umgekehrten Fall gilt dasselbe. Es ist nicht schwer einzusehen, daß auf diese Weise neben der verstärkten Kraft der Mineralquellen eine große Gleichmäßigkeit der Veränderungen, welche sie im Innern des Körpers hervorrufen, erzielt werden kann, da schon hervorgehoben worden ist, daß in Beziehung auf die Endwirkung keine Gränze zwischen ihrer äußeren und inneren Anwendung besteht, sie vielmehr nur auf verschiedenen Wegen ein gemeinschaftliches Ziel erreichen. Den besten Beweis dafür liefern jene wichtigen Mineralquellen, die mit der Zeit eine Veränderung ihrer Gebrauchsweise erfahren haben. In Karlsbad z. B. wurde in älteren Zeiten nur gebadet und gar nicht getrunken; umgekehrt trank man ehemals in Teplitz lediglich das Mineralwasser, und der Brauch, in ihm zu baden, bestand nicht. Obgleich man aber in Karlsbad jetzt vorzugsweise trinkt und in Teplitz vorzugsweise badet, so sind doch in den verschiedenen Krankheiten die Endresultate der Wirkung der karlsbader und teplitzer Mineralquellen von damals ganz gleich denen von jetzt. Obige Regel, so beherzigenswerth sie auch im Allgemeinen ist, findet doch auch wieder ihre Ausnahmen und Einschränkungen. Der Krankheit gegenüber kann ein Mineralwasser, dessen man sich als Bad mit entschiedenem Nutzen bedient, auch zum inneren Gebrauch ganz geeignet und erwünscht erscheinen; allein die innere Anwendungsstelle, der Magen, ist in solcher Verfassung, daß er dasselbe nicht verträgt. Eben so kann es kommen, daß die gleichzeitige äußere und innere Benutzung einer und derselben Mineralquelle die Kraft derselben zu sehr steigert und hierin den Kranken benachtheiligt.

Es kann aber auch treffen, daß man das Trinken eines, man nehme an, lösenden Mineralwassers neben dem gleichzeitigen Baden in demselben ersprießlich finden kann, um eine gewisse Thätigkeit, z. B. die des Unterleibs, die sich bei dem alleinigen Baden, wie dieses nicht selten vorkommt, als ungenügend, eingeschränkt zeigt, durch das Trinken lebhafter anzuregen, dieser Zweck aber, selbst wenn der Brunnen innerlich gut vertragen wird, nicht erreicht wird. Da Krankheiten selten einen einfachen, vielmehr meist einen komplizirten Verlauf nehmen, so kann es in der Absicht liegen, gewisse Nebenwirkungen, welche jene Heilquellen entbehren, einzuleiten oder lästige, die sie besitzen, abzuwehren. In allen diesen bezeichneten Fällen erscheint es vollkommen gerechtfertigt, von dem Trinken des dem Bade gleichen Heilwassers abzustehen und, wenn es Noth thut, neben den Bädern andere, mit der Kur in Uebereinstimmung gebrachte Trinkbrunnen zu wählen. In Bezug hierauf müssen wir wiederum Wendt beistimmen, wenn er sagt: „die Einfachheit des Verfahrens und die Sicherheit der „ärztlichen Beobachtung sind sehr löblich, aber nicht die oberste ärztliche „Aufgabe. Diese ist: die Hülfesuchenden auf dem sichersten Wege zu „heilen. Der Kranke will nicht zum medizinischen Experimente gestellt, „sondern geheilt sein, und wenn er sichere Hoffnung hat, dieses zu erreichen, „so ist es ihm ziemlich gleichgültig, ob es auf eine mehr oder minder „komplizirte Weise geschieht." Und wird nicht in der That von der Vereinfachung schon abgewichen, wenn z. B. in den meisten Molkenkuranstalten die Molken mit Mineralbrunnen vermischt getrunken oder wenn gleichzeitig mit den Molken Bäder angewendet werden? Wer aber wollte dieses für bestimmte Heilzwecke berechnete Verfahren tadeln! Diese Grundsätze, auf die Anwendung der Heilquellen Warmbrunns zurückgeführt, werden, vorausgesetzt, daß die Wahl der letzteren zur Bekämpfung dieser oder jener Uebel eine glückliche genannt werden kann, zur Richtschnur dienen, in allen Fällen, die von Seiten der Verdauungsorgane kein Hinderniß entgegenstellen und keine zu starke allgemeine Erregung und Erhitzung des Körpers fürchten lassen, das Trinken des warmen Schwefelwassers neben den Bädern andern mineralischen Trinkwässern da vorzuziehen, wo es lediglich in der Absicht liegt, zur sicheren Beseitigung der Krankheit ein gehaltvolleres, entschiedeneres, kräftigeres Eingehen der Thermen in den Organismus zu erzielen und manche Ab- und Aussonderungsorgane, wie z. B. die Nieren, den Darmkanal, stärker, als es die Bäder allein zu thun pflegen, zur Thätigkeit anzuspornen. Werden aber auf diesem Wege

jene Zwecke nicht erreicht; verbieten Rücksichten auf den allgemeinen Körperzustand oder die besondere Beschaffenheit einzelner Organe das Trinken unseres Brunnens, obgleich die Bäder nicht nur gerechtfertigt, sondern nothwendig erscheinen; sollen, während von den Bädern in der Hauptsache eine wesentliche Hilfe zu erwarten steht, dennoch wichtige Nebenzwecke erreicht werden, die außer dem Wirkungskreise der warmbrunner Heilquellen liegen: alsdann darf nicht nur, sondern muß sogar ein anderer, fremder Trinkbrunnen gewählt werden, der dem ganzen Heilplane schicklich entspricht. Wenn beispielsweise die Gicht, die Hämorrhoidalkrankheit in solcher Form auftreten, daß gegen sie mit Zuversicht durch die warmbrunner Schwefelquellen angekämpft werden kann, hingegen vorhandene Stockungen in den Unterleibseingeweiden so tief sitzen und einen solchen Grad erlangt haben, daß nicht zu erwarten steht, auch sie werden, selbst wenn man sich neben den Bädern der Trinkquelle, sei es rein oder mit einem Zusatze von Karlsbader Salz, bedient, gründlich genug gehoben werden, dann wird es gewiß zum Heile des Kranken gebilligt werden müssen, mit unseren Bädern, je nach Erwägung der besonderen Umstände von Seiten des Arztes, gleichzeitig den Gebrauch von Marienbader Kreuzbrunnen oder einer der Karlsbader Trinkquellen u. dgl. zu verbinden; falls Kranke, die mit Erfolg die Bäder gebrauchen, im Verlaufe der Kur nur vorübergehend an Leibesverstopfung leiden, wird unter Umständen ein Glas Pillnaër oder Saidschützer Bitterwasser, hin und wieder genommen, diesem Uebel eben so zweckmäßig als schnell abhelfen können; verlangen neben der Hauptkrankheit Störungen der Blutzirkulation im Unterleibe und Stockungen in den Organen daselbst eine Berücksichtigung gleichzeitig bestehender Nervenverstimmung oder einer gewissen Schwäche in diesen Parthien, so ist es vollkommen gerechtfertigt, je nach ärztlicher Beurtheilung der Fälle, entweder dem Kissinger Rakoczi oder einer der Eger Trinkquellen zu vertrauen; Gichtkranke und Hämorrhoidarier, deren Grundleiden zuversichtliche Hülfe von Warmbrunn zu erwarten haben, werden, falls sie zugleich in höherem Grade zu Harngriesbildungen hinneigen, in ihren Erwartungen nicht getäuscht werden, wenn ihnen von ihrem Arzte empfohlen ist, nebenbei das künstliche Wichy-Wasser, oder Wildunger, Geilnauer, Selters, Salzbrunn zu trinken; Bleichsüchtigen, deren Krankheitsform als für Warmbrunn vollkommen geeignet sich herausstellt, wird das Trinken eines Eisensäuerlings: des Flinsberger Brunnens oder des Eger-Franzens-Brunnens, ein hochzuschätzendes Bei-

hülfsmittel beim Baden werden; Brustkranken, die der besonderen Form ihres Leidens wegen an die Heilquellen Warmbrunns gewiesen sind, kann es sehr ersprießlich sein, sich bei den Bädern des Trinkens der lauen Reinerzer Quelle, des Salzbrunns, Selters, Emser Kränchens zu bedienen; der Beigebrauch von jodhaltigen Trinkwässern, besonders der Adelhaidsquelle, neben den Bädern, findet sich bei weit gediehenen Drüsenverhärtungen und manchen tief in die Organisation eingreifenden Skrofelformen durch den überaus günstigen Erfolg gerechtfertigt. Diese wenigen, für den Nichtarzt hinlänglichen Andeutungen werden hoffentlich genügend sein, den großen und unbestreitbaren Werth schätzen zu lernen, welchen unter gewissen Bedingungen die Verbindung der Bäder in Warmbrunn mit dem Trinken fremder natürlicher, wie künstlicher Mineralquellen für Kranke haben kann.

Ueber den Arzneigebrauch während der Kur.

Es ist durch die reichhaltigste Erfahrung außer Zweifel gestellt, daß die kräftig wirksamen Heilquellen Warmbrunns allein, ohne alles sonstige Zuthun, vermögend sind, die verwickeltsten Krankheiten vollständig zu heilen, sobald nur die beiden Faktoren, die Krankheiten und die Heilquellen, in völliger Uebereinstimmung bezüglich des Heilzweckes sich befinden. Es wird daher als oberste Regel gelten müssen, während der Kur, bestehe diese allein in den Bädern oder in der Verbindung der Bäder mit dem Trinkbrunnen, jeglichen Arzneigebrauch zu vermeiden, um nicht störend einzugreifen in die, in bestimmter Richtung erfolgende Wirkung des in den Körper eingeführten Mineralwassers. Selbige Regel wird ihre volle Gültigkeit auch behalten, wenn neben den Bädern das Trinken der Molken oder eines fremden Mineralbrunnens als nothwendig erachtet worden ist; denn auch diese Komplikation des Kurverfahrens ist auf das Erzielen eines einheitlichen Endresultats berechnet, welches durch medikamentliche Zwischenwirkungen leicht gefährdet werden kann. Aber noch von einer ganz anderen Seite her wird der Rath gerechtfertigt, während der Kur, wo nur immer möglich, sich keiner Arzneien zu bedienen. Kranke, die wegen langwieriger verwickelter Uebel in Warmbrunn Hülfe suchen, haben vorher in der langen Zeit ihrer Leiden nothgedrungen Arzneien, oft in erklecklicher Menge, nehmen müssen; es muß daher dem Körper nicht

noch zugemuthet werden, während der Zeit, in welcher der bisher gar nicht oder nur unvollkommen zum Ziele geführte Arzneigebrauch mit der inneren, wie äußeren methodischen Anwendung der warmbrunner Mineralquellen vertauscht worden, mit Medikamenten sich bestürmen zu lassen. Körperliche Hindernisse, welche voraussichtlich der Kur entgegen treten können, müssen schon vor Beginn derselben entfernt sein. Lästige, oft qualvolle Beschwerden im Verlaufe der Kur sind häufig nichts weiter als die Folgen, welche letztere unvermeidlich mit sich führt; sie geben alsdann meist die Anzeichen einer Gegenwirkung des Körpers an, welche durch die angewandten Heilquellen in ihm hervorgerufen und als die nunmehr rege gewordene Selbsthülfe des Organismus zu beurtheilen ist. Solche durch die Thermen Warmbrunns eingeleitete Naturbestrebungen des Körpers, sich eigenthätig tief wurzelnder Krankheiten zu entledigen, sind nicht selten mit einer verstärkten Erregung aller Krankheitsgefühle verknüpft. Wird den während der Kur eintretenden beschwerlichen Zufällen von Seiten des die Kur leitenden Arztes die eben erwähnte Bedeutung und zugleich Gefahrlosigkeit zuerkannt, so muß der Kranke mit Ergebung und Geduld die von Neuem wieder stärker angefachten Leiden ertragen und sein einziges Heil in der zugesicherten Hoffnung suchen, daß allein die Heilquellen, welche diese Verschlimmerungen veranlaßt haben, sie auch wieder am unverfälschtesten und gesichertsten zu beseitigen vermögen. Es hieße aber zum Nachtheil mancher Kranken zu weit gehen, wollte man in dieser Beziehung gar keine Ausnahmefälle zulassen. Es können während der Kur Krankheitszufälle sich einfinden, die ein arzneiliches Eingreifen unerläßlich machen. Auch anderweitig noch ist die Darreichung eines Medikaments nicht selten gerechtfertigt. Das warmbrunner Schwefelwasser, innerlich gebraucht, so gut es auch sonst anfangs vertragen wird, so wohlthätig es sich auch bei vielen Kranken zeigt, vermindert selbst bei dem besten diätetischen Verhalten zuweilen mit der Zeit den Appetit und beeinträchtigt die Thätigkeit der Verdauungsorgane mehr oder weniger. Unter solchen Umständen hülft ein halber oder ganzer Theelöffel eines Magenelixirs oder der weinigen Rhabarbertinktur eine Stunde vor Tisch oder eine Stunde nach Tisch, wenn die Verdauung reger zu werden anfängt, diesem Uebelstande in kurzer Zeit ab, und man gewinnt durch dieses einfache Verfahren den Vortheil, die Verstimmung des Magens gehoben zu sehen und mit dem Brunnentrinken fortfahren zu können. Dasselbe gilt, wenn neben den Bädern fremde Brunnen oder Molken getrunken werden und auch sie der-

gleichen Zufälle herbeiführen. Da eben die allgemeine Wirkung sowohl der warmbrunner Heilquellen als auch der meisten fremden Mineralwässer und der Molken, die nebenbei getrunken zu werden pflegen, eine auflösende ist, so tritt in der Regel, besonders jedoch bei Kranken, deren Leiden mit Stockungen in den Unterleibseingeweiden vergesellschaftet sind, eine Zeit im Verlaufe der Kur ein, in der die Löskraft dieser Mittel endlich die stockenden Säfte beweglicher und die schädlichen Stoffe in ihnen geschickter zur Ausscheidung macht. Dasselbe pflegt auch zu geschehen, wenn die Molken ganz allein als besondere Kur gebraucht werden. In diesem Zeitraume, während dessen die erwähnten Veränderungen im Körper vorgehen, die wohl nur selten ohne fühlbaren Rückeinfluß auf das Allgemeinbefinden bleiben, werden besonders auch die Verdauungsorgane, die mit den Unterleibseingeweiden in nächster Verbindung stehen, verstimmt, der Appetit, der vielleicht bisher gut war, vermindert sich, die Zunge zeigt einen Beleg, der Geschmack ist nicht mehr natürlich, und selbst das Geringe, was genossen wird, wird schwer verdaut. Unter solchen Umständen würden selbst schon jene leichten, im obigen Falle gewiß nicht schädlichen, vielmehr recht nützlichen Magenmittel, geschweige denn stärker eingreifende Arzneien, von großem Nachtheile sein und ganz unbezweifelbar nicht nur nicht die fehlerhafte Verdauung verbessern, sondern sicherlich störend in die Entscheidung der Krankheit, welche zu bewerkstelligen die Mineralwässer mit und ohne Molken oder die Molken allein im Begriffe stehen, eingreifen. Ein im Allgemeinen strenges, diätetisches Regim, geringer Genuß fester, nur einigermaßen nicht ganz leicht verdaulicher Speisen, Verringerung, wo nicht Aussetzung des Brunnens oder der Molken, Abkürzung der Badezeit oder die gänzliche Vermeidung der Bäder für einige Tage werden am ehesten und sichersten die Beschwerden der Verdauungsorgane verschwinden machen, und die auf diese Weise erfolgende Wiederkehr des Appetits und einer guten Verdauung wird dem Kranken ein zuversichtliches Zeichen seiner nahe bevorstehenden Genesung von der Grundkrankheit sein können. Wenn bei dem Gebrauch der Bäder manchmal Leibesverstopfung sich einstellt, so wird es keinem Tadel unterworfen werden können, zuweilen eine Aloe- oder Rhabarber-Pille vor dem Schlafengehen oder ein Lavement zu nehmen, falls eröffnende Trinkquellen nicht geradezu nöthig sind oder nicht vertragen werden. Zuweilen reicht schon eine Abänderung in der Diät allein aus, den Leib offen zu erhalten. Die spezielle Beurtheilung aller solchen Fälle kann nur Sache des Arztes sein.

Die geeignete Kurzeit in Warmbrunn.

Die Witterungszustände der einzelnen Jahreszeiten im nördlichen Deutschland sind dermaßen unzuverläßig, unbeständig und schwankend, daß es im Allgemeinen zu den schwierigen Aufgaben gehört, zu bestimmen, welche Jahreszeit unter denen, die gewöhnlich zu Bade- und Brunnen-Kuren benutzt zu werden pflegen, die zweckmäßigste für Kranke sei, die Behufs der Kur angewiesen sind, sich nach einem der Kurorte des genannten Länderstrichs zu begeben, zumal da letztere meist in Gebirgsgegenden von verschiedenem Klima gelegen sind. Immer jedoch bleiben, unter Berücksichtigung der Konstitution des Kranken und der besonderen Krankheit, die Lage des Kurorts, seine klimatischen Verhältnisse und die Eigenthümlichkeit seiner Heilquellen bezüglich der Temperatur und Anwendungsart, insofern sie nämlich warm oder kalt sind, zum Baden oder Trinken gebraucht werden, wichtige Anhaltspunkte für die Wahl der Kurzeit. Da an unserm Kurorte warme Heilquellen sich befinden, welche, mit wenigen Ausnahmen, von allen Kranken, die sich daselbst einfinden, als Bäder angewendet werden, so kann als allgemeine Regel gelten, die wärmeren und in unserem Thale noch am Meisten beständigen Monate Juni, Juli und August zu benutzen, indem bei allen warmen Bädern die erste Rücksicht auf die Haut, die durch sie in größere Thätigkeit versetzt wird, zu nehmen ist. Die wärmere Jahreszeit wird Erkältungen, bei jeder stärker angeregten Hautthätigkeit begünstigt, am ehesten vermeiden lassen. Kranke jedoch, die an eingewurzelten, hartnäckigen Uebeln, zumal gichtischen, rheumatischen, flechtenartigen, leiden und deren Körper eine gewisse Straffheit verräth und selbst den kräftig wirkenden Heilmitteln widersteht, werden um so eher die wärmste Sommerzeit wählen können, als sie in der Regel höhere Wärmegrade leicht vertragen und erfahrungsgemäß ihre Krankheiten durch Schweiße, welche die größere Wärme der äußern Temperatur unterstützt, sich zu entscheiden pflegen. Kranke hingegen, die mit einer reizbaren, zu Schweißen leicht hinneigenden Haut versehen und mit einer zarten, mehr schwächlichen Körperkonstitution begabt sind, werden wohl thun, die Zeit, wenn der Frühling seine Höhe erreicht hat, oder den Septembermonat für die Kur in Warmbrunn zu wählen. Die milde, kühlere, erquickende Frühlingsluft und die am reinsten Himmel sanft strahlende Septembersonne werden jede extravagante Thätigkeit der Haut,

die unter erwähnten Umständen während der warmen Sommermonate nur gar zu leicht durch die warmen Schwefelbäder herbeigeführt und von großem Nachtheil für solche Kranke werden kann, fern zu halten beitragen und den Körper erkräftigen und erstarken; nur wird alsdann eine sorgfältige Kleidung und eine vorsichtige Benutzung der Früh- und Abendstunden dringend anzurathen sein. Dieselbe Zeit werden diejenigen zu wählen haben, die in den warmen Sommermonaten während des Gebrauchs der warmen Bäder zu starke Aufwallung des Blutes und Andrang desselben nach edlen Theilen zu befürchten haben, eben so auch solche Kranke, auf die das geräuschvolle Badeleben, wegen allzu großer Reizbarkeit und Empfindlichkeit der Nerven, einen nachtheiligen, die Kur störenden Einfluß ausüben könnte, oder die, abgesehen davon, dasselbe nicht lieben oder aus ökonomischen Rücksichten zu vermeiden beabsichtigen. Die an Brustkrämpfen (Asthma) Leidenden mögen, wenn sie unsere Bäder gebrauchen sollen, die schwüle Hitze der Sommermitte meiden. Viele unter diesen werden überhaupt an sich die Erfahrung gemacht haben, daß ihnen Hitze nicht zusagt. Kranken, die an Brustübeln leiden, wie sie für die Heilquellen Warmbrunns passend sind, besonders solchen, die eine Geneigtheit zum Blutandrang nach der Brust wahrnehmen, werden die Bäder und der Brunnengebrauch im Vor- und Nachsommer viel zuträglicher sein, als in der heißen Sommerzeit. Es giebt aber Krankheiten, die alle diese Rücksichten auf die Jahreszeit verdrängen machen, weil es darauf ankommt, daß der von ihnen befallene Kranke so schnell, als nur immer möglich, sich der Kur in Warmbrunn unterwerfe, weil sonst die Heilung zweifelhaft bleibt. Hierher gehören all die Krankheiten, welche eine gefährliche Richtung zu nehmen drohen, und besonders die Lähmungen, die Kontrakturen, die gefährlicheren Augenkrankheiten und Gehörkrankheiten. Je rascher nach erfolgtem Eintreten solcher Krankheiten die Heilquellen Warmbrunns angewendet werden können, desto zuversichtlicher kann auf einen günstigen Erfolg gerechnet werden. In solchen Fällen wird selbst die rauhere Jahreszeit keinen Grund zum Aufschub der Kur abgeben, sobald diese nur mit all der nöthigen Vorsicht und Umsicht, als es die Verhältnisse erheischen, unternommen wird. Schon oft haben wir, wo es die Nothwendigkeit gebot, Kranken empfohlen, selbst im Winter unsere Heilquellen in Anwendung zu ziehen, und sie hatten alle Ursache, sich mit dem Erfolge zufrieden gestellt zu sehen.

Die Molken, wenn sie allein, ganz abgesehen von den Heilquellen,

als besondere Kur in Warmbrunn in Gebrauch genommen werden sollen, verdienen hinsichtlich der Anwendungszeit einige Berücksichtigung. Am besten und wirksamsten sind sie von Anfang Juni bis Ende Juli. In dieser Zeit ist die Vegetation in voller Kraft und Ueppigkeit und gewährt den Ziegen, deren Milch zu Molken benutzt wird, eine für diesen Zweck besonders geeignete saft- und aromreiche Nahrung. Für Brustkranke, besonders die, welche an großer Reizbarkeit der Lungen und am Bluthusten leiden, sind diese Monate auch bezüglich der Witterung in unserem Thale am Meisten zusagend.

In Warmbrunn beginnt die Saison mit dem 1. Mai und endet in der Regel mit dem 1. October. Nicht selten sind auch noch in diesem Monat Kurgäste anwesend. Gestalten sich die Witterungsverhältnisse im Allgemeinen günstig, so ist schon in der Hälfte des Mai die Luft mild und erwärmt, und mit jugendlichem Kraftaufwande feiert die wiedererwachte Natur lachend und kosend ihr Frühlingsfest auf den grünenden, aromduftenden Fluren des herrlich schönen Thales und verhöhnt die Starrheit, mit der auf den höchsten Bergesgipfeln noch der Winter weilt. Das Gemüth fühlt sich erheitert, gestärkt der Körper, und der Mensch sieht fröhlich in die Zeit hinaus und vergißt, im Beschauen des erhabenen, frischen und regen Naturwaltens vertieft, leichter, als sonst, die Sorgen des Tages. Eine schöne Zeit für die, welche, krank am Körper und gedrückten Gemüths, jetzt schon an unseren Heilquellen weilen dürfen, um mit der Hoffnung auf Genesung den reinsten, körper- und geiststärkenden Frühlingsäther zu athmen und in der herrlichen Natur geräuschlos sich zu ergehen. Gestaltet sich der allgemeine Charakter der Jahreszeit ungünstig, so ist der Mai oft kühl, selbst rauh. Der Juni gewährt in unserem Thale meist die Sicherheit einer beständigen, günstigen, warmen Witterung. Im Juli und August ist die Witterung in der Regel am wärmsten und gesichertsten, und die Saison am belebtesten. Obgleich in manchen Jahren, wenn es im Allgemeinen im Charakter der Zeit liegt, die Wärme während der Sommerhöhe zuweilen bis zu bedeutender Hitze steigt, so ist doch für gewöhnlich die Sonnenwärme selbst in den wärmsten Sommermonaten meist mild und erquicklich. Der September ist im Thale größtentheils noch warm und mild und überhaupt die Witterung beständig; doch trifft es auch, daß schon gegen Ende dieses Monats die Witterung an die schärfer ausgeprägte Herbstzeit erinnert.

Was die zweckmäßigste Tageszeit zur Ausführung der Kurmaß-

nahmen betrifft, so muß als Regel gelten, daß der Morgen und die nächstfolgenden Vormittagsstunden sowohl zum Baden als zum Trinken die beste Zeit sind. In den Morgenstunden fühlt sich der Körper durch die vorangegangene Nachtruhe erkräftigt und erstärkt, seine Funktionen gehen unbelästigter, freier von Statten, die Haut wird daher auch im Bade stärker einsaugen, der Magen den Brunnen oder die Molken besser verdauen. Nichtsdestoweniger ist das Frühbaden der Herren lange vor Tagesanbruch einer der Mißbräuche in Warmbrunn, welcher, gleich manchem anderen, schwer auszurotten ist. Man bedenkt hierbei nicht, wie leicht in der kalten Nachtluft Erkältungen mit allen ihren üblen Nachfolgen entstehen können, und opfert den wohlthätigen Schlaf einer Chimäre, daß das Bad in diesen unheimlichen Stunden kräftiger und wirksamer sei, als später, wenn in den Bassins die Zahl der Badenden sich vermehrt hat. In den Frühstunden von 4—6 wird das Bad seine vollen heilkräftigen Wirkungen Niemandem versagen und doch dabei die Befürchtungen, welche bei dem Baden kurz nach Mitternacht eintreten, nicht so leicht aufkommen lassen. Die Besorgniß, daß in diesen Stunden eine lästige Ueberfüllung in den Bädern stattfinde, ist selten gerechtfertiget, da in beiden Bassins zu gleicher Zeit gebadet wird. Die Zahl der in den ersten Frühstunden Badenden ist selten so groß, daß nicht deren gleichmäßig geordnete Vertheilung in beiden Bädern zur festgesetzten Zeit eine zu große Fülle daselbst sollte verhindern lassen können; allein diese Ordnung wird leider von den Badenden zum eigenen Nachtheil selten streng aufrecht gehalten. Das Baden in den Nachmittagsstunden ist, nach Wendt's vollkommen richtigem Ausspruche, ganz verwerflich, in den Abendstunden in der Regel überflüssig, in den meisten Fällen nachtheilig.

Wie schon bemerkt, sind die frühen Morgenstunden die beste Zeit zum Trinken der Mineralwässer und der Molken. Doch giebt es auch der Fälle nicht wenige, die es wünschenswerth machen, daß der Kranke sich nicht der noch wenig erwärmten, kühlen Morgenluft aussetze und einer oft nöthigen längeren Ruhe entziehe. Schwächliche, zu Katarrhen Geneigte und Lungenkranke werden wohl thun, länger der Ruhe zu pflegen und erst dann mit dem Trinken im Freien zu beginnen, wenn die Morgensonne die Luft bereits mehr erwärmt hat. Hingegen können unter Umständen ein paar Gläser Brunnen oder Molken vorher schon im Bette genossen werden. Bei ungünstigem Wetter wird es für Alle am gerathensten sein, das Trinken im Freien ganz zu vermeiden. Die Kleidung beim

Trinken in den frühen Morgenstunden muß stets eine sorgfältige, vor Erkältung schützende sein.

In den Nachmittagsstunden wird in Warmbrunn gar nicht getrunken. Es soll hier ununtersucht bleiben, ob überhaupt das nachmittägliche Brunnentrinken selbst in Kuranstalten, wo nur getrunken wird, so allgemein, als es geschieht, vor dem ärztlichen Richterstuhle Billigung finden kann, oder ob nicht vielmehr diese Maßregel auf einzelne Fälle, wenn der Körper noch kräftig, auf die Einwirkung von Arzneien schwer reagirt und die Krankheit eine tief in der Ernährung wurzelnde ist, zu beschränken sein möchte. In Warmbrunn, wo gebadet und getrunken wird, möchte das Brunnentrinken Nachmittags von entschiedenem Nachtheile für die Meisten sein, indem hierdurch der Körper sicherlich zu sehr angegriffen und ihm mehr, als er zu tragen im Stande ist, zugemuthet würde. Der Nachmittag soll nach dem vollgültigen Ausspruche eines berühmten Brunnenarztes der Bewegung, Erheiterung und nach Umständen auch der Ruhe gewidmet sein.

Die Nachwirkung der Kur.

Die heilsamen Wirkungen, welche durch die Kur in Warmbrunn erstrebt und erhofft werden, treten in verhältnißmäßig nicht gar vielen Fällen schon während ihres Gebrauchs vollkommen hervor. Meist sind nur günstige Veränderungen des Krankheitszustandes mehr oder weniger deutlich ausgesprochen, oft sogar nur für das geübte ärztliche Auge wahrnehmbar; allein dem Wunsche des Kranken, von seinem Standpunkte aus gerechtfertigt, der Leiden schon jetzt völlig überhoben zu sein, ist nicht genügt; ja nicht selten muß mancher derselben noch zu Ende der Kurzeit die schmerzliche Erfahrung machen, daß die Leiden eher gestiegen als gefallen sind. Und dennoch verdient der tröstende Ausspruch des Arztes, der die Kur geleitet, daß die gänzliche oder theilweise Genesung in Folge der Nachwirkung des Heilverfahrens sicher, wenn auch vielleicht erst spät zu erwarten stehe, nicht als eine leere Beschwichtigungsphrase, die mit dem hohen ärztlichen Berufe als unvereinbar erscheinen muß, hingenommen zu werden; vielmehr ist eine solche Voraussagung eine wohlbegründete, und beruht auf

einer durch genaue Beobachtung und vielfache Erfahrung vom Arzte erworbenen tiefgehenden Kenntniß der von ihm bei einer großen Anzahl verschiedenartiger Krankheiten benutzten Heilquellen. Eine Nachwirkung findet nach dem methodischen Gebrauch der Heilquellen in Wirklichkeit statt und sie ist als eine nicht bestreitbare Thatsache fest zu halten. Wie unzählig oft schon haben ungläubige Kranke entmuthigt unseren Kurort verlassen, in dem falschen Glauben, daß ihr Zweck ein verfehlter, ihre Hoffnung vereitelt sei, und sind dennoch, wenn die Genesung, wie voraus bestimmt, oft vielleicht erst nach mehreren Monden erfolgt war, zu dem freudigen Geständniß gebracht worden, daß die Nachwirkung, auf die man sie verwiesen, wirklich eingetreten! Es liegt in der Natur langwieriger, tiefverzweigter Krankheiten, besonders solcher, die in der Ernährung ihre Wurzeln haben und die Säfte fehlerhaft umändern, daß sie, selbst wenn man sehr kräftige Heilmittel gegen sie anwendet, nur selten rasch, unter sehr bewegten Aeußerungen und durch sehr auffallende, als Krisen bezeichnete Aussonderungen des Krankhaften zur Entscheidung, d. h. auf den Weg der Heilung gebracht werden; im Gegentheil stellen sich während ihres Verlaufs dergleichen Entscheidungsvorgänge meist spät ein, und oft erfolgt die Genesung ohne alle bemerkbare Vorzeichen. Es gehört Zeit dazu, ehe der Körper eine so gänzliche organische Umstimmung, wie sie die Heilmittel nur einleiten, in sich zuwege bringt, eine Umstimmung, deren Endziel auf eine Verbesserung des Blutes sowie der ganzen Säftemasse überhaupt, wodurch gleichsam ein Verjüngungsprozeß, ein neuer Umschwung des organischen Lebens zu Stande kommen soll, gerichtet ist. Aehnliche Bewandtniß hat es in dieser Beziehung mit den langwierigen Nervenkrankheiten. In die Augen fallende kritische Erscheinungen, welche der Heilung dieser Krankheiten in Folge angewandter Arzneikörper vorausgehen, werden noch seltener und nur dann, wenn ihnen grobe materielle Krankheitsstoffe zum Grunde liegen, wahrgenommen, auch haften Krankheiten an den Nerven um so hartnäckiger, je länger sie angedauert; ja, was noch mehr ist, die Nerven bleiben nicht gar zu selten noch in krankhafter Aktion, wenn schon die Krankheitsursache längst entfernt worden ist. Gerade diesen beiden Hauptgattungen von langwierigen Krankheiten gehören diejenigen Abweichungen vom gesunden Leben an, zu deren Bekämpfung die Heilquellen Warmbrunns in Gebrauch gezogen werden. Die Art und Weise, wie diese meist auf die Krankheiten einwirken, ist in der Regel keine stürmische. Das Heilwasser wird zwar tief in die Organisation eingeführt;

allein langsamen, ruhigen, doch sichern Ganges greift sein Wirken am Heerde der Ernährung festen Fuß. Hier wird von ihm die heilungvermittelnde Umwandlung der mit fehlerhaften Stoffen versehenen Säfte auf den geheimsten Wegen des Organismus veranlaßt, jedoch nicht mit Schnelligkeit, sondern nur allmälig verwirklicht, wohl aber fortgesetzt und selbst lange über die Zeit seines unmittelbaren Einflusses hinaus angeregt erhalten, ohne daß es hierbei, oder doch nur selten, zu gewaltsamen Erschütterungen der Lebenskräfte kommt. Daher verbreitet sich in der Regel auch nur nach und nach von dort aus strahlenartig und meist in milder Weise die Heilwirkung über die verschiedenen Regionen des Körpers. In gleicher Art stimmen unsere Heilquellen das kranke Nervenleben nur sehr langsam und oft ohne bemerkbare Erscheinungen, die darauf hindeuten, um; höchstens erfolgen während ihrer Anwendung, wenn die Nervenkrankheiten zu den schmerzhaften gehören, zeitweise Steigerungen der Schmerzen, die häufig in Gemeinschaft mit anderen Zeichen von guter Vorbedeutung sind. Nunmehr dürfte es einleuchtend werden, warum in Warmbrunn nicht jedesmal mit Beendigung der Kur auch schon das Ende der Krankheit herbeigeführt wird, hingegen in den bei weitem meisten Fällen schwerer Erkrankungen die Heilung erst in einer späteren Zeit erfolgt. Es geschieht sehr häufig, daß, wenn schon viele Wochen hinter der Kur liegen, sich mit einem Male und ohne alle anderweite Veranlassung sauer- oder sonst eigenthümlich riechende Nachtschweiße einfinden, in deren Folge sichtbar alle Krankheitserscheinungen sich mildern und mit der Zeit auch wohl gänzlich verschwinden. Ganz so verhält es sich mit der Darmausleerung. Oft lange nach beendigter Kur pflegen vorhanden gewesene Unordnungen derselben sich zu regeln und stark riechende, oder sonst schon dem Aussehen nach fremdartige Darmstoffe abzugehen, wodurch eine Hebung früherer Stockungen und eine freiere Thätigkeit in den Unterleibseingeweiden erfolgt, welche heilsamen Bestrebungen des Organismus meist nur den Anfang bilden zur endlichen Entfernung auch aller der krankhaften Körperzustände, in deren Verkettung jene vom Unterleibe ausgegangenen Krankheitserscheinungen nur ein Glied ausgemacht haben. Auch mit dem Urin pflegen in einer späteren Zeit manche Krankheitsstoffe entfernt zu werden; er wird zuweilen dicklich, molkig, riecht stark und macht einen Bodensatz. Von da ab beginnt alsdann ein Nachlaß der Krankheit. In manchen Fällen treten die erwähnten entscheidenden Vorgänge wohl schon während der Kur ein; es hängt

dieses ab von der größeren Empfänglichkeit des Kranken für die Einwirkung der Heilquellen, von der geringeren Verwickelung des Leidens und von einem noch bestehenden Maaße von Kraft des organischen Lebens überhaupt und der Ernährungswerkzeuge insbesondere, das groß genug ist, um eine schnellere Reaktion möglich werden zu lassen. Unter solchen Umständen verläßt der Kranke genesen den Kurort, und es kommt nur noch darauf an, den glücklichen Erfolg durch ein weiteres zweckmäßiges Verhalten sicher zu stellen. Viele Kranke werden aber auch weder während der Kur noch jemals nach derselben dergleichen entscheidende Heilbestrebungen wahrnehmen und dennoch unmerklich an einen Zeitpunkt gelangen, der sie ihre Leiden zum Theil oder ganz baar werden läßt, wenn auch dieser Zeitpunkt nicht selten, erst wenn der Herbst vom Winter sich scheidet, herankommt und oft sogar noch weiter hinausgeschoben wird. Nachwirkungen solcher Art pflegen hauptsächlich einzutreten bei manchen veralteten und verwickelten gichtischen, hämorrhoidalischen und rheumatischen Krankheiten, bei Lähmungen und überhaupt bei hartnäckigen Nervenkrankheiten, bei Versteifungen und Verkrümmungen der Glieder, bei Gichtknoten, Drüsenverhärtungen und Hautausschlägen. — Nach dem Vorausgeschickten hieße es das Unmögliche fordern, Krankheiten, die in der Konstitution des Körpers eine Begünstigung erhalten, tief verzweigt sind, lange angedauert und selbst dem umsichtigsten Arzneigebrauch widerstrebt haben, während oder kurze Frist nach der Kur in Warmbrunn schon ganz geheilt zu wissen. Es spricht schon deutlich genug für die große Heilkraft des warmbrunner Mineralwassers, wenn durch dasselbe als letztes Mittel dergleichen Krankheiten überhaupt, wie es unzweifelhaft feststeht, häufig vollkommen beseitigt werden. Aber selbst wenn unverkennbar günstige Nachwirkungen früh oder spät sich eingefunden haben, erfolgt nicht immer auch die Heilung vollständig. Oftmals fühlt sich der Kranke mit der Zeit wesentlich gebessert, aber gänzlich befreit von seinen Leiden ist er nicht; manchmal ist selbst die Besserung nur eine geringe. Es liegt dies jedoch selten in der beschränkten Kraft der Heilquellen, als vielmehr in der Bedeutendheit, Hartnäckigkeit und Verwickelung der Krankheit. Mit Ergebung muß alsdann der Kranke mit diesen unvollkommenen Erfolgen sich zufriedengestellt sehen und sie hoffnungsvoll als Fingerzeig zur konsequenten Wiederholung der Kur ansehen. Auf diesem Wege sind häufig schon unheilbar geglaubte Uebel dennoch endlich besiegt worden. So unbestreitbar demnach auf eine Nachwirkung gerechnet werden

kann, so bestimmt aber auch ist ihr unverkümmertes Eintreten an gewisse Bedingungen, die von Seiten des Kranken zu erfüllen sind, geknüpft. Die Kur darf weder zu früh geschlossen noch über eine bestimmte Zeit hinaus fortgesetzt werden; Medikamente sind nach beendigter Kur für längere Zeit ganz zu vermeiden; sie greifen störend ein in die Veränderungen, welche die langsam fortwirkenden Heilquellen im Innern des Körpers vermitteln, und finden daher nur Billigung in den äußersten Nothfällen; das diätetische Verhalten, wie es beim Gebrauch der Kur angeordnet worden, muß lange nach dem Schlusse derselben noch mit aller Strenge unverändert aufrecht erhalten bleiben. Dem hinzugefügt seien die inhaltsschweren Worte von Marcard, eines der ausgezeichnetsten Brunnenärzte: „Wer da glaubt, Alles hinreichend gethan zu haben, „indem er während der Kur eine leibliche Lebensordnung beobachtet hat „und nun meint, daß er nach Ausleerung des letzten Bechers — und „wir fügen hinzu: oder nach vollendetem letzten Bade — aller Ordnung „in seinem Verhalten entsagen dürfe, der irrt sehr, und dem muß man „zurufen: um solchen Preis erkaufst du deine Gesundheit nicht."

Ueber Vorbereitungs- und Nachkuren.

Es kann nicht in Abrede gestellt werden, daß unter Umständen ein ärztliches Verfahren vor dem Kurgebrauch in Warmbrunn werde eintreten müssen, welches, abgesehen einstweilen von der eigentlichen Krankheit, lediglich dahin gerichtet ist, etwa bestehenden Körperzuständen, die der Wirkung unserer Heilquellen hindernd in den Weg treten könnten, entschieden zu begegnen. Hartnäckige Leibesverstopfung, besonders aber geschwächte Verdauung, zumal wenn neben den Bädern Brunnen oder Molken getrunken werden sollen, allgemeine Körperschwäche, Aufwallungen des Blutes und Geneigtheit zu Kongestionen nach edlen Organen verdienen in dieser Beziehung in hohem Grade eine ernste Berücksichtigung von Seiten des Kranken und dürfen dem behandelnden Arzte niemals unbekannt bleiben. Von der zeitmäßigen Entfernung dieser Uebelstände hängt der Erfolg der Kur ab; bleiben sie bestehen, so bleiben

gleichsam Dämme entgegengestellt den Wegen, welche die Heilquellen im Innern des Körpers einzuschlagen haben, und letztere werden unfähig gemacht, ihr Heilziel ungestört zu erreichen. Demnach gebietet oft die Nothwendigkeit, daß, in besonderer Erwägung jener Zustände, geeignete Abführmittel, verdauungsverbessernde, magenstärkende Arzneien, Heilmittel, welche die gesunkenen Körperkräfte zu heben vermögen, örtliche oder allgemeine Blutentleerungen in Gemeinschaft mit einer entsprechenden Diät vor der Kur in Anwendung kommen. Eine solche Vorbereitung muß aber schon vollendet sein, wenn der Kranke an den Heilquellen sich eingefunden. Das derartig Versäumte am Kurorte nachzuholen, möchte in den meisten Fällen schwer, unbequem, nur mit großen Opfern an Zeit und wohl niemals ohne Mißmuth wegen Verzögerung der Bade- und Trink-Kur zu erreichen sein; höchstens daß im Unterlassungsfalle ein rasch zu veranstaltender Aderlaß oder eine örtliche Blutentleerung hier Platz greifen können. In mehrfach verzweigten, komplicirten Krankheiten kann selbst der Vorgebrauch eines andern Mineralquells vollkommen gerechtfertigt erscheinen und vom ersprießlichsten Nutzen für die Folgekur in Warmbrunn begleitet sein. Es wird für ein günstiges Zusammentreffen von Umständen gehalten werden können, wenn das Mineralwasser, dessen man sich zur Vorkur bedienen soll, bezüglich seiner allgemeinen Wirkung nicht im Gegensatze zu den Heilquellen Warmbrunns steht. Die stärker auflösenden Mineralquellen von Karlsbad oder Marienbad werden, vorerst gebraucht, ganz an ihrem Platze sein, wenn tiefsitzende, hartnäckige Stockungen in den Unterleibseingeweiden neben eingewurzelten und weitgreifenden Leiden, wie z. B. den gichtischen, deren besondere Formen vorzugsweise von den Schwefelquellen Warmbrunns eine sichere Hülfe zu erwarten haben, gleichzeitig bestehen. Trifft es, daß dergleichen Krankheitszustände bei Individuen vorkommen, deren Blut leicht in Erhitzung, in Wallung kommt, so wird es einem umsichtigen Kurplane vollkommen entsprechend sein, dem Gebrauche Warmbrunns das methodische Trinken des kühlenden, abführenden Bitterwassers für einige Zeit vorangehen zu lassen. Sind Brustleiden mit Krankheiten komplizirt, zu deren Beseitigung schlechterdings Schwefelthermen erforderlich sind, so kann, wenn letztere, wie es unerläßlich ist, keine Gegenanzeige für das Brustleiden abgeben, und selbst dann, wenn sie in solch befreundeter Beziehung zu ihm stehen, daß von ihnen allein schon eine wesentlichen Hülfe für dasselbe zu erwarten ist, der Erstgebrauch Salzbrunns, Selters, Ems und ähnli-

cher Mineralquellen, rein oder mit Molken, oder nur der Molken, eine sehr zweckmäßige Vorbereitung zur Kur in Warmbrunn abgeben. Seltener werden Fälle sich ereignen, die einzig und allein eine allzugroße allgemeine Schwäche der unumgänglichen Anwendung der Schwefelthermen entgegenstellen und als Vorbereitung zur Kur in Warmbrunn den Erstgebrauch von eisenhaltigen Mineralquellen erheischen möchten, um dem Körper erst die nöthige Kraft zu verschaffen, sich der Wirkung unserer Heilquellen unterziehen zu können. Es liegt ganz außerhalb der Gränze des gesteckten Zieles, diesen letzteren, allerdings wichtigen Gegenstand hier weiter noch verfolgen zu wollen; es war lediglich Absicht, einige wichtige Beispiele zu geben, die den öfteren Nutzen einer Vorbereitung zur Kur in Warmbrunn durch andere Mineralquellen klar darlegen sollten, wobei nur noch die Bemerkung nicht fehlen darf, daß die Entscheidung hierüber, wie über die vorhergehenden Verordnungen, keinem Andern als dem Arzte zugestanden werden kann. Es giebt aber Vorbereitungsmaßregeln noch anderer Art, deren hier zu erwähnen nicht verabsäumt werden darf, indem deren genaue Befolgung nicht minder ein großes Gewicht für das Gelingen der Kur in die Wagschaale legt. Falls eine Krankheit lange angedauert, oder die Wiedergenesung schwierig und langsam vor sich gegangen, so daß der Kranke eine geraume Zeit dem Genuß der freien Luft entzogen blieb, wird es höchst nöthig sein, daß derselbe, bevor die Abreise nach Warmbrunn Behufs der Kur unternommen wird, sich allmälig an die Luft durch öfteren Aufenthalt im Freien bei günstigem Wetter gewöhne. Ohne diese Vorbereitung könnte der Eindruck, den der rasche Uebergang in die, besonders zur Früh- und Abend-Zeit immer schärfere und kühlere Gebirgsluft von Nachtheil sein und auf die Kur störend zurückwirken. Eine den Kurerfolg im Voraus mehr sicherstellende Vorbereitungsmaßregel ist ferner in einer zweckmäßigen Diät gegeben. Schon in der Heimath nehme man voraus Bedacht, auch wenn im Allgemeinen der Körperzustand ein so befriedigender ist, daß ein ärztliches Eingreifen als überflüssig sich herausstellt, schwerverdauliche, den Magen leicht verderbende, blähende Speisen zu vermeiden, damit sich nicht etwa noch kurz vor der Zeit, in der die Kur unternommen werden soll, verdorbene Stoffe in den ersten und zweiten Verdauungswegen erzeugen und anhäufen und den Kurplan stören. Vollsaftige, zu Blutwallungen Geneigte müssen schon für gewöhnlich, doch ganz besonders einige Zeit, bevor sie sich anschicken, an

unsere Heilquellen zu gehen, sich des Genusses stark nährender, die Blutmasse vermehrender und verdickender Speisen und vorzüglich erhitzender Getränke enthalten, da bei solchen Körperverhältnissen die Kur in Warmbrunn an und für sich leicht Aufregungen des Blutes zu veranlassen pflegt. Schwächliche hingegen mögen durch eine leichtverdauliche, leichtnährende Kost, in zulässigen Fällen durch den mäßigen Genuß eines alten edlen Weines und durch öftere, doch nicht anstrengende Bewegung in der frischen Frühlingsluft sich zu erkräftigen suchen und auf solche Weise zweckgemäß sich vorbereiten, daß nicht die Bäder sie zu sehr angreifen. — Bei Besorgung der nöthigen Kleidung mögen wärmere Kleidungsstücke niemals vergessen werden, um auf kühles, unfreundliches Wetter im Bade vorbereitet zu sein. — Ehe der Kranke seine Heimat verläßt, ordne derselbe seine häuslichen Verhältnisse möglichst so vollkommen, daß nicht während der Kurzeit Kummer und Besorgniß für die Angehörigen und eine Sehnsucht nach Hause sich frühzeitig einstelle. Ueberhaupt sei vorher schon das Gemüth möglichst frei von jeder Belastung, durch Vertrauen auf das als neu sich ihm darbietende Heilverfahren und durch Hoffnung auf Wiedererlangung der Gesundheit erstarkt und jede Sorge mit allen Kräften in den Hintergrund gedrängt. Wenige Ursachen möchten aber mehr geeignet sein, eine voraussichtige, günstige Wirkung der Heilquellen gar nicht recht aufkommen zu lassen, als irgend ein Seelenschmerz, den man an die Heilquellen mitbringt und unablässig in sich birgt.

Jede ernstere Krankheit legt dem Kranken die Pflicht auf, bevor die Badereise angetreten wird, von seinem Arzte den nöthigen Rath bezüglich der Bade- und Trinkkur einzuholen und sich von demselben mit einem Krankenbericht an den betreffenden Bade- und Brunnen-Arzt versehen zu lassen. Der Arzt in der Heimat ist genau vertraut mit den Verhältnissen und der Individualität des Kranken; er kennt die Umstände, welche der Krankheit vorausgegangen, und hat ihren Verlauf sorgfältig beobachtet und verfolgt. Die Mittheilungen, welche der Hausarzt dem Arzte der Kuranstalt hierüber zu geben im Stande ist, verschaffen letzterem manche Aufschlüsse, die für ihn dem Kranken gegenüber oftmals hochwichtig sind, ihm dennoch aber, falls der Krankenbericht fehlt, selbst bei einer mit größter Umsicht angestellten Krankenprüfung zuweilen theils aus falscher Scham des Kranken, theils weil oft das für den Arzt Erhebliche vom Kranken als unerheblich und der Erwähnung nicht erst werth beurtheilt wird, häufig fremd bleiben, und geben ihm zugleich sichere Anhaltspunkte

für die spezielle Leitung der Kur. Das neue Verhältniß, in welches der Kranke zu dem vielleicht vorher nie gekannten Arzte des Kurortes, dem er nun seine Gesundheit anvertrauen soll, zu treten im Begriffe steht, kann durch nichts zweckmäßiger vorbereitet werden, als durch einen Krankenbericht des Hausarztes.

Schwächliche Kranke, Rekonvalescenten von schweren Krankheiten würde eine lange, ununterbrochen fortgesetzte Reise nach dem Bade sehr angreifen und sie möchten mit erschöpften Kräften daselbst anlangen. Um dies zu verhindern, beschleunige man nicht allzusehr die Reise, gönne sich während derselben öfterer Ruhe, und falls der Weg nicht in einem Tage zurückgelegt werden kann, suche man bei Zeiten ins Nachtquartier zu kommen und breche nicht zu früh wieder auf.

Ist der Kranke in Warmbrunn angekommen, so bestehe die Vorbereitung zur Kur darin, sich vorerst, sobald die Wohnung, welche gesund und trocken sein muß, bezogen und mit der nöthigen Bequemlichkeit eingerichtet worden, von der Ermüdung, welche die Reise verursacht hat, vollständig zu erholen. Es könnte nur Schaden bringen, wollte man mit Hastigkeit sofort an den Beginn der Kur gehen, wenn kaum noch dem Körper Zeit vergönnt worden, aus der Aufgeregtheit oder Abspannung, die jede, besonders längere Reise mehr oder weniger mit sich führt, herauszukommen; sicherlich würde unter solchen Umständen das erste Bad nicht sonderlich wohlthun, und statt der sonstigen Wohlbehaglichkeit und Beruhigung würde dasselbe Aufregung und Ermattung in Begleitung haben. Kranke, deren Kräfte angegriffen, deren Nerven schwach und gereizt sind, thuen sehr wohl, einige Tage der Erholung und größeren Ruhe zu widmen, ehe sie die Kur anfangen. Jede Uebereilung der Art würde sich hart strafen, die Nerven nicht, wie es in der eigentlichen Wirkung der Heilquellen liegt, beruhigen, sondern vielmehr noch mehr aufregen, die Kräfte, mit denen unter solchen Körperverhältnissen schonend umgegangen werden muß, zu sehr in Anspruch nehmen und wohl dann eine Unterbrechung der Kur zur Folge haben, um das Schlimme wieder gut zu machen.

Unerläßlich ist es für jeden Kranken, bevor die Kur begonnen wird, sich mit dem Arzte, an den derselbe empfohlen ist, zu berathen. In Warmbrunn ist die Anordnung getroffen, daß Niemand zu den Bädern und der Trinkquelle zugelassen wird, der nicht den von einem der angestellten Bade-Aerzte ausgefertigten Bade- und Trink-Schein vorweisen

kann. Es darf das nicht als eine Zwangsmaßregel betrachtet, sondern vielmehr für eine den Kurgast in mancher Hinsicht schützende Vorsichtsmaßregel erkannt werden. Die allgemeinen Bestimmungen, welche das Kurverfahren betreffen, liegen ganz im Bereiche des Hausarztes, der den Kranken früher gepflegt hat, und es wird eine heilige Pflicht des Arztes am Kurorte, dem der Kranke anvertraut ist, diesen Bestimmungen überall treu nachzukommen; allein die besonderen Anordnungen in Bezug auf größtmögliche Zweckmäßigkeit und die Methode der Anwendung der Bäder und des Brunnens, welche nicht bei Allen gleich, sondern dem individuellen Falle jedesmal angepaßt werden muß, liegen einzig und allein dem Bade- und Brunnenarzte ob. Die Heilquellen Warmbrunns sind, so mild sie im Allgemeinen auch in ihren Wirkungen scheinen, doch, wie allgemein anerkannt, von solcher Bedeutung und von so entschiedener, tiefeingreifender Heilkräftigkeit, daß ein richtiges Abwägen ihrer Kraft im Verhältniß zur Krankheit für den Heilerfolg, den man erzweckt, von großer Wichtigkeit ist. Dieses richtige Maaßhalten in der Anwendung der Heilquellen, worauf demnach viel ankommt, verbunden mit der Benutzung mancher praktischen Vortheile, die eine langjährige Erfahrung an die Hand zu geben pflegen, versteht nur der Arzt am Besten, welcher an den Heilquellen andauernd verweilt, sie vielfach anzuwenden, ihre mannigfaltigen, mehrseitigen Wirkungsarten zu beobachten unausgesetzt Veranlassung nimmt, und sich die genaueste Kenntniß ihres Werthes überhaupt zur Lebensaufgabe gestellt hat. Die unumgängliche Vorberathung mit dem Badearzte, ehe zur Ausführung der Kur geschritten wird, gewährt dem Kranken somit den Vortheil, durch die genauen Kurvorschriften, welche derselbe nach vorangegangener Prüfung seines Krankheitszustandes erhält, den gewünschten Erfolg gesicherter zu wissen. Ganz abgesehen aber davon, leiden Kranke öfter an Uebeln, die das gemeinschaftliche Baden in den Bassins schlechterdings verbieten. Der Arzt kann, wenn der Kranke sich mit ihm vorher berathen hat, ihm die Mittel und Wege an die Hand geben, seinen Endzweck in geeigneter Weise dennoch zu erreichen, und ihn vor der Unannehmlichkeit schützen, aus den gemeinschaftlichen Bädern zurückgewiesen zu werden, was sicher stattfände, bliebe dem Arzte das Uebel und dem Kranken das Badegesetz unbekannt. — Des nothwendigen Vorbereitungsbades in der Wanne, ehe man an den Gebrauch der Bassinbäder geht, ist oben schon Erwähnung geschehen.

In einer früheren Zeit war es fast allgemeiner Brauch, unmittel-

mittelbar nach beendeter Badekur in Warmbrunn eisenhaltige Mineral-quellen als Nachkur in Anwendung zu ziehen. Damals bestand selbst unter den meisten Aerzten noch der falsche Glaube, daß warme Bäder schwächend wirken. Diese von einer unbefangenen Beobachtung in neuerer Zeit als irrig befundene Ansicht, welche schon durch die einfache Thatsache widerlegt wird, daß nach körperlicher Anstrengung, nach starker Ermüdung, ein warmes Bad eine belebende, erquickende, stärkende Wirkung äußere, wurde auch auf die natürlich warmen Schwefelbäder übertragen, und von dieser Idee geleitet ward es einseitig zur Regel erhoben, an Eisenquellen die nothwendig geglaubte Stärkung zu suchen, um den vermeintlichen Abfall von Kräften, welche der Gebrauch der warmen Schwefelbäder nach sich gezogen, wieder zu ersetzen. Man hatte dabei übersehen, daß die natürlich warmen Schwefelquellen, angenommen auch, die Wärme des Bades schwäche, nicht allein vermöge ihrer Wärme, sondern zugleich auch durch die in der Wasserflüssigkeit enthaltenen festen und flüchtigen chemischen Bestandtheile ihren Einfluß auf den Körper ausüben und daß ihre heilkräftigen Beziehungen zum menschlichen Organismus weder nach diesen oder jenen ihrer vorherrschenden einzelnen Eigenschaften zu ermessen, noch selbst nach den summarisch zusammengehaltenen Einzelwirkungen jeder ihrer besonderen Agentien festzustellen seien, sondern daß vielmehr die organischen Veränderungen und die Kraftumstimmung, welche sie erfahrungsgemäß im Körper veranlassen, aus dem einheitlichen Zusammenwirken der Wärme, der chemischen Stoffe und des aufgenommenen Wassers als einem in sich abgeschlossenen Ganzen hervorgehen. Eben so ließ man hierbei die Thatsache unberücksichtigt, daß nach beendigtem Gebrauch der warmbrunner Heilquellen nicht auch ihre zertheilenden, lösenden, alle Ab- und Aussonderungen fördernden Wirkungen, auf welche es gerade in den meisten Fällen hauptsächlich ankommt, schon beendet sind, diese vielmehr für längere Zeit fortdauern und die Heilung meist erst durch später erfolgende Entfernung des Krankhaften nach sich ziehen, durch die auf die Schwefelquellen unverzüglich folgende Eisenquellen aber in ihrem Fortwirken beschränkt und meist ganz gehindert werden. Man war auch nicht zu der Einsicht gekommen, daß man am Ende künstlich eine größere Abspannung und Schwächung der Kräfte herbeigeführt hatte dadurch, daß die damalige Kurvorschrift es für Jeden gut hieß, 6 Stunden täglich, und zwar 3 Vormittags und 3 Nachmittags, im Bade zu sitzen und auf diese Weise die Zahl der Badestunden auf hundert

kommen zu lassen. Im Gegensatz zu jenen ältern Meinungen darf längst schon mit einer Zuversicht, die in naturgetreuer ärztlicher Beobachtung und in wissenschaftlich gereifter Erfahrung ihre festen Stützen findet, ausgesprochen werden, daß, wenn die Heilquellen Warmbrunns nach einer richtigen Heilanzeige, nach einer richtigen Methode und in der richtigen Zeit in Gebrauch kommen, eine stärkende Nachkur selten vonnöthen sein wird. Fast sämmtliche Krankheiten, für welche unsere Heilquellen angezeigt sind, gehören zu denen, in welchen materielle Ursachen das Gleichgewicht der beiden Hauptfaktoren des Lebens, des Blutes und der Nerven, aufheben, das richtige Verhältniß, in welchem die verschiedenen Körperthätigkeiten zu einander stehen, stören und die Lebenskräfte in ihrer mannigfachen Aeußerung bedrücken. Geschieht es, daß die materiellen Hemmungen des organischen Lebens dadurch beseitigt werden, daß die Heilquellen Warmbrunns die gesunken gewesene Thätigkeit in derjenigen Sphäre des menschlichen Organismus, in welcher der Stoffwechsel, der Wiederersatz des Verbrauchten vor sich geht, heben, die krankhaft abgeänderten Ernährungssäfte umstimmen und verbessern und die Ab- und Aussonderungsorgane stärker anregen und bethätigen, damit die im Ernährungsprozesse untauglich gewordenen und die durch die Krankheit gebildeten schädlichen Stoffe aus dem Körper geschafft werden können: so wird das harmonische Ineinandergreifen von Blut und Nerv wieder hergestellt und die gestörte Wechselwirkung der Organe wieder ausgeglichen, und von selbst auch werden alsdann die nur gefesselt gewesenen Lebenskräfte in freier Aeußerung sich wieder aufrichten. Hiermit soll jedoch nicht auch gesagt sein, daß es nicht Fälle giebt, welche eine Nachkur durch eisenhaltige Mineralquellen nothwendig erforderlich machen können. Wenn nach erfolgreichem Gebrauche der Heilquellen Warmbrunns eine Schwäche zurückbleibt, die allgemein ausgesprochen und begründet ist in herabgesetzter Widerstandskraft, vermindertem Gegenwirkungsvermögen, überhaupt in einer zu sehr gesunkenen Energie des ganzen Organismus, die sich dadurch kenntlich macht, daß alle Lebensfunktionen nicht mit der gehörigen Kraft vor sich gehen, die Muskelthätigkeit besonders geschwächt erscheint und ein blasses, ja wohl auch gedunsenes Aussehen den Ausdruck abgiebt für ein Vorwalten weißer Säfte im Blute und für eine unkräftige Ernährung des Körpers, so wird sogar der Nachgebrauch von eisenhaltigen Mineralquellen, besonders von eisenhaltigen Säuerlingen dringend angezeigt sein und wesentlich erst die vollkommene Gene-

sung herbeiführen helfen. Ist die Verdauung, wie häufig unter solchen Umständen, schwach, so werden die Eisenwässer nur in Form von Bädern anzuwenden sein. Eine derartige Nachkur wird auch dann von großem Nutzen sein, wenn unsere Heilquellen das Grundleiden gehoben haben und nur noch allzugroße Reizbarkeit und Empfindlichkeit der Nerven zurückbleiben, die einen Rückfall des Leidens leicht begünstigen. Zuweilen, wenn die gründliche Bekämpfung der Hauptkrankheit nur von eisenhaltigen Mineralquellen zu erhoffen steht, wird es nothwendig, die Schwefelthermen Warmbrunns vorher anzuwenden, um ersteren durch vorgängige Beseitigung mancher Körperzustände, die ihrer Wirkung hindernd in den Weg treten könnten, Bahn zu brechen. Flinsbergs vortreffliche Eisenquellen, in wenigen Stunden von Warmbrunn aus bequem zu erreichen, eben so auch diejenigen zu Altwasser, das nicht viel ferner gelegen ist, und die zu Cudowa in der Grafschaft Glatz werden den gedachten Zweck vollkommen erreichen lassen. Anzurathen ist es, wo möglich einige Zeit in Ruhe und Erholung vorübergehen zu lassen, ehe man die Nachkur an den Eisenquellen beginnt; diese Maßregel wird auch die Wirkung Warmbrunns mehr befestigen helfen.

Falls es in Warmbrunn schon zu kritischen Ausscheidungen krankhafter Stoffe, sei es durch die Haut oder den Darmkanal oder die Urinwerkzeuge, gekommen, in Folge welcher die Krankheit zwar als gehoben zu betrachten ist, der Körper aber sich nur noch angegriffen fühlt, wird eine besondere Nachkur nicht von nöthen sein; hier, wie in dem Falle, daß die Wiederherstellung schon während des Kurgebrauchs ohne merkbare kritische Erscheinungen erfolgt, wird die Fortsetzung des angeordnet gewesenen diätetischen Verhaltens für einige Zeit und ein nur allmäliges Zurückkehren zur früheren Lebensweise vollkommen genügen, aber auch nothwendig sein, um dem günstigen Erfolge Nachhaltigkeit zu sichern und die noch etwa vorhandenen Gefühle des Angegriffenseins nach vollständig erfolgter und befestigter Ausgleichung der vorhanden gewesenen Funktionsstörungen von selbst schwinden zu machen. Auch diejenigen Kranken, deren Uebel bei beendigter Kur entweder nur mehr oder weniger gebessert oder sogar den Gefühlen nach unverändert noch fortbestehend sind, die aber von der Nachwirkung die Tilgung ihrer Leiden zu erhoffen haben, werden, wenn sonstige Rücksichten schweigen, einer Nachkur nicht bedürfen. Jeder fremdartige Eingriff in die ruhige, aber einen sicheren Weg einschlagende Fortwirkung der warmbrunner Heilsquellen möchte die Wiedergenesung

hemmen und ihr Aufkommen unmöglich machen. Eine konsequente längere Fortsetzung der bisher beobachteten Diät, ein sorgsames Verhalten, das überhaupt jeden schädlichen Einfluß abhält, hingegen die Nachwirkung fördert, und ein ruhiges Abwarten und Pflegen etwaiger, in der Folge eintretender kritischer Ausscheidungen durch Haut, Darmkanal oder Nieren sind in solchen Fällen die beste Nachkur. Dem Arzte in der Heimat liegt die Pflicht ob, den Kranken in dieser Zeit zu überwachen und die Nachwirkung zu beobachten. Es wird freilich nicht selten von Seiten des Kranken viel Geduld und Ausdauer erforderlich sein, in der Weise Monate lang auf die längst ersehnte Wiederkehr der Gesundheit zu warten; allein der Gedanke muß stets die Oberhand behalten, daß durch Ungeduld und Aufgeben der gehegten Hoffnung nichts zu erreichen sei, daß man vielmehr zu Maaßnahmen verleitet werden kann, welche die vielleicht schon in Kürze sich dennoch verwirklichende günstige Nachwirkung benachtheiligen. Nicht selten muß die Kur in Warmbrunn als beendet betrachtet werden, und der Kranke befindet sich in einem Zustande, der ihm mehr Besorgniß als Hoffnung einflößt. Es tritt ein häufiger Wechsel in den Krankheitserscheinungen ein, bald ein Steigen, bald ein Nachlaß derselben; die Funktionen, welche gestört gewesen, scheinen sich regeln zu wollen, aber ohne Nachdruck und auch nicht mit Stätigkeit; der Kranke fühlt sich schwach, angegriffen oder mehr aufgeregt. Diese veränderte Stimmung des Organismus deutet häufig darauf hin, daß die Zeit nicht fern sei, in der es zu entscheidenden, die Genesung nach sich ziehenden Aussonderungen des Krankhaften kommen werde. Nur das fernere strenge Festhalten an der während der Kurzeit beobachteten Lebensweise, ganz besonders an der fortgesetzten genauesten Befolgung der kurgemäßen Diät, in Bezug auf Speise und Trank, die Beachtung auch, daß der Körper in diesem Zustande empfindlicher, als je, gegen äußere Einflüsse ist, können einzig und allein Gewähr leisten, daß die durch das Kurverfahren bestimmt eingeleitet sich zeigenden und nahe bevorstehenden kritischen Heilbestrebungen des Organismus ungestört eintreten und von Statten gehen und daß nach erfolgter und beendeter Ausscheidung der Krankheitsprodukte alle Krankheitsgefühle ohne sonstige Beihülfe nach und nach von selbst schwinden werden. Falls Anschoppungen in den Unterleibseingeweiden, Stokkungen der Darmausscheidung im Gefolge der Krankheit sich befanden, wird es unter den gegebenen Umständen nicht unangemessen sein, wenn der Kranke noch für einige Zeit in der Heimat jeden Morgen ein

oder zwei Becher desjenigen auflösenden Mineralbrunnens, dessen er sich während der Kur bedient hat, zu trinken. War die warmbrunner Trinkquelle benutzt worden, so kann alsdann Mariakreuz-Brunnen, in manchen Fällen Eger Salzquelle, Kissinger Rakoczi an ihre Stelle treten. War die Krankheit der Art, daß deren Entscheidung von der Haut durch vermehrte Thätigkeit derselben vorzugsweise zu erwarten steht, so kann ein hin und wieder mit Vorsicht genommenes lauwarmes Wasserbad recht nützlich und geeignet werden, die kritische Hautaussonderung zu fördern. Ein gleiches Verhalten haben auch diejenigen Kranken nach der Kur in Warmbrunn zu befolgen, die, unter gleichen Krankheitsverhältnissen, nicht alsbald jene Erscheinungen wahrnehmen, welche als Zeichen kritischer Bewegungen der zur Ausscheidung geneigt gemachten Krankheitsstoffe anerkannt wurden, sondern erst in einer späteren Zeit in Folge der Nachwirkung dergleichen kritische Ausscheidungsprozesse zu erwarten haben, oder ohne derartige Vorzeichen ihrer Wiederherstellung zu erwarten berechtigt sind. Von dem Verhalten wird der Erfolg der Kur abhängen.

In keinem Falle kann es gebilligt werden, daß Kranke noch an demselben Tage, an welchem sie das letzte Bad genommen, von Warmbrunn abreisen. Es leuchtet ein, wie leicht hieraus Erkältungen und manche andere Nachtheile für den Kranken erwachsen können; vielmehr möge im Allgemeinen und besonders bei denen, die entweder noch mehr oder weniger leidend sind, oder sich als Rekonvalescenten zu betrachten haben, der Rath Gehör finden, je nach den Umständen einen oder einige Tage noch am Kurorte in Ruhe zu verweilen, damit der Körper sich von den Anstrengungen der Kur gehörig erhole. Die sich noch schwach und angegriffen, oder überhaupt zu Ende der Kurzeit noch leidend fühlen, mögen die Rückreise, besonders wenn lange Wegestrecken zurückzulegen sind, nicht übereilen, damit ihre Kräfte nicht zu sehr in Anspruch genommen und die Leiden durch die zu lange fortgesetzte Körpererschütterung beim Fahren nicht noch mehr aufgeregt und gesteigert werden. Nach längerem Gebrauch warmer Bäder sind im Allgemeinen, wie leicht erachtlich, Nachtreisen ganz unzulässig.

Der Aufenthalt auf dem Lande unmittelbar nach beendeter Kur bietet, besonders schwächlichen, empfindlichen, von schweren Krankheiten wiedergenesenen Personen, erhebliche Vortheile, die, wenn die Umstände es gestatten, niemals von sich gewiesen werden sollten. Mit dem Wiedereintritt in die alten Lebensverhältnisse werden nur zu oft und zu leicht die

kaum verstopften Quellen innerer Aufregungen wieder geöffnet, die kaum gedämpfte Glut verzehrender Leidenschaften und Affekte von neuem angefacht und die gewohnten Beschäftigungen, welche die Gesundheit untergraben halfen, zu schnell wieder aufgenommen. Ist auch die Krankheit durch die Gewalt des Heilquells gebrochen worden, so hat dennoch der Körper den Grad von Resistenzkraft noch nicht wiedererlangt, um den Gefahren trotzen zu können, die sich ihm von jenen Seiten her alsbald drohend entgegenstellen wollen. In ländlicher Stille und Zurückgezogenheit, besonders wenn die Behaglichkeit dem idyllischen Stillleben sich beigesellt, werden die Sorgen des gewöhnlichen Lebens, die selten einem Sterblichen ganz fehlen, gemildert und die Mühen, die der Beruf mit sich führt, fern gehalten, das Gemüth bleibt unberührt von den oft genug aufregenden Ereignissen des Tages, die in den mehrbevölkerten Städten häufig sich zu drängen pflegen, und die Seele wird nicht mit Ungestüm fortgerissen von dem regen Treiben in der großen Welt; selbst das Unglück wird in ländlicher Abgeschiedenheit und Beschaulichkeit leichter ertragen. Die Ruhe der Natur, die auf dem Lande herrscht, überträgt sich leicht auf das Geistige im Menschen, und an dieser geistigen Wohlbehaglichkeit betheiligt sich alsbald der Gesammt-Organismus, wodurch dessen Erkräftigung und das harmonische Ineinandergreifen seiner Thätigkeiten wesentlich gefördert wird. Hierzu kommt noch der erquickliche Genuß der reinen, balsamischen Landluft, das öftere Sichergehen in der freien Natur, wozu das stille Landleben lebhaft auffordert, und die einfache, ungekünstelte Lebensweise überhaupt, der man sich auf dem Lande gern unterzieht. Wer möchte nun nicht einsehen wollen, daß es wohlgethan und zweckförderlich sein müsse, nicht sogleich, wenn die Kur zu Ende gebracht worden, zu dem Stadtleben zurückzukehren und in die gewohnten häuslichen und Berufsverhältnisse einzutreten, zumal in Fällen, wo eine tiefe Erschütterung der Gesundheit erfolgt war und unsere Heilquellen zwar unverkennbar die Genesung eingeleitet, aber noch nicht vollständig vermittelt hatten, jedoch durch die Nachwirkung diese Vermittelung sicher zu vollbringen in Aussicht stellen! Wer möchte nicht erkennen wollen, daß ein, der Zeit nach nicht zu sehr beschränkter Aufenthalt auf dem Lande nach vollbrachter Kur die Bedingungen am angemessensten erfüllen läßt, die zur sicheren Erreichung des Heilzweckes als nothwendig erachtet worden sind! — Nicht übereiltes, bequemes und gemächliches Reisen in Gegenden, deren Naturschönheiten anziehen, werden, wenn die körper-

lichen und sonstigen Verhältnisse es zulässig machen, nicht geringeren Nutzen gewähren.

Lebensordnung.

I.

„Die Gesundheit über Alles", sei der Denkspruch aller derer, die aus den heilkräftigen Quellen Warmbrunns Genesung schöpfen wollen. Wird das Gelübde gethan, diesen Denkspruch zur ersten Lebensregel zu erheben, dann werden die Opfer an manchen Gewohnheiten, an manchen Genüssen, welche die Brunnengöttin um den Preis eines schmerzensfreien Daseins mit schonender Strenge von Denen fordert, welche in die ihr geweihten Tempel eintreten, um den von ihren Priestern eingeführten Kultus ernstlich zu begehen, gern und mit Hingebung dargebracht werden. Doch nur selten erhalten die inhaltschweren Worte dieses goldenen Spruches ihre volle Würdigung durch die entsprechende That. So tief wurzelt, um mit einem der würdigsten Jünger Aeskulaps zu sprechen, die Neigung, das Verbotene zu thun, in der Natur der Menschen, daß sie, wie im gewöhnlichen Leben, so auch, wenn sie, von Leiden gebeugt, an jenen Wunderstätten weilen, wo Hygiea freudig ihnen ihre genesungbergenden Gaben bietet, die eine geheimnißvolle Kraft aus der Erde tiefem Schooß in flüssiger Form des Krystalls quellend emporhebt, die Gelöbnisse leicht vergessen, die sie zum eigenen Heile gethan und bald mit, bald ohne Wissen, aus Leichtsinn oder aus Lässigkeit, sündigen, so daß die Verheißungen unerfüllt bleiben, die an jene Gelöbnisse geknüpft waren.

II.

Wer die Heilquellen Warmbrunns in Anwendung zieht, muß eingedenk bleiben, daß ein gewichtiges, kräftiges **Heilmittel** ihm geboten ist, welches die gestörte Harmonie der Lebensverrichtungen, auf der alle Krankheiten dem Wesen nach beruhen, durch einen Organisationsumschwung in Ausgleichung bringt, diese seine in eigenthümlicher Weise vollbringende Wirkung aber nur dann, wie später erwiesen werden wird, gedeihlich zu entfalten vermag, wenn die ganze Lebensweise nicht allein mit seiner Eigenthümlichkeit in Einklang gebracht, sondern auch

nach der besondern Natur der Krankheit und der individuellen Körperbeschaffenheit des Kranken geordnet wird. In diesem Sinne bildet demnach die Kurdiät in der weitesten Vorbedeutung einen sehr wichtigen Theil des Kurverfahrens, welchem der Kranke sich in Warmbrunn zu unterziehen hat, so daß die methodische Anwendung der Heilquellen und die mit ihnen und dem Krankheitszustande in Uebereinstimmung gehaltene Lebensordnung zusammen erst ein Kurganzes ausmachen. In der Regel aber wird von dem Kranken der Hauptwerth auf die Heilquellen allein gelegt und das vorschriftsmäßige diätetische Verhalten als etwas Untergeordnetes, als eine Nebensache von geringem Belang und somit einer strengeren Beachtung kaum werth erachtet. Ein großer Irrthum! der, wenn er begangen, die Hoffnungen, oft die letzten, unerfüllt läßt, die auf die Heilquellen gesetzt waren, und meist mit einer ungerechtfertigten Anklage der Wirkungslosigkeit dieses vielbewährten Heilmittels endet, während doch die eigene Schuld dessen heilbringende Kraftäußerung niedergehalten hat; ein großer Irrthum! der sogleich als solcher erkannt wird, wenn man erwägt, daß überhaupt zwischen diätetischen Mitteln und Heilmitteln keine bestimmte Grenzlinie gezogen werden kann, weil alle Außendinge, wie mit vollem Recht ein berühmter Naturforscher sagt, welche der Arzt in ihrem Einwirken auf den kranken Organismus absichtlich so regelt und bestimmt, daß durch ihren Einfluß der Uebergang der Krankheit in Gesundheit wahrhaft vermittelt wird, Heilmittel sind und daher eine Verschiedenheit des diätetischen und arzneilichen Verfahrens in nichts Anderem bestehen kann, als daß bei ersterem die Wahl der Mittel zur Erlangung eines bestimmten Heilzweckes aus dem Bereich der Außendinge, welche gemeinhin auf den gesunden Organismus einwirken, um den normalen Typus des Lebensprozesses fortdauernd in ihm fest zu halten, geschieht. Einer Selbsttäuschung hingegeben, wollen Viele, gewissermaßen absichtlich, jenen Irrthum nicht einsehen, weil ihnen das Verlangen nach Genuß höher steht, als das Verlangen, des Körpers und des Geistes Wohl, das sie eingebüßt, wieder zu gewinnen und dauernd zu bewahren, oder weil sie der Kraft ermangeln, den Kampf zu bestehen, gegen Verlockungen und Verführungen, denen sie allerdings um so leichter und öfter ausgesetzt sind, als eingestanden werden muß, daß in Warmbrunn, wie an allen größeren, vielbesuchten Kurorten, neben einer anziehenden reichbegabten Natur und anderweitig vielem Vortrefflichen und Ersprießlichen, für die Bedürfnisse, Erholungen und Zerstreuungen der Leidenden im

Bereiche des Erlaubten gelegen, auch des Schädlichen gar Manches mit dem verderblichen Reiz eines blendenden Außenglanzes dargeboten ist. In jenen unseligen Irrthum pflegen aber auch besonders Die zu verfallen, welche glauben, es könne, sobald nur das Mineralwasser nicht innerlich, sondern lediglich nur als Bad in Gebrauch gezogen wird, jede Rücksicht auf eine den Umständen gemäß geregelte Lebensordnung, die etwa über die bei warmen Bädern gewöhnliche Pflege der Haut hinausgeht, ohne Nachtheil verdrängt werden. Sie vergessen, daß, wie bereits dargethan, nicht nur schon durch die rein äußere Einwirkung des Mineralwassers, vermöge des fremdartigen Reizes, den es, als Bad angewendet, auf die großen und vielverzweigten Nervenausbreitungen der Haut ausübt, die inneren, mit der Haut innig verketteten Organe, besonders die des Unterleibs, in eine heilsam veränderte Lebensstimmung versetzt werden, sondern daß auch, durch die von Seiten der Haut geschehende Aufsaugung und Uebertragung des Mineralwassers in den, die Ansatzstoffe für den ganzen Organismus führenden Blutstrom, die gesammte Blutmasse eine den Heilakt vermittelnde Umänderung erleidet, an welcher die organischen Gebilde sich nothwendig mitbetheiligen müssen. Ein Unterschied zwischen innerer und äußerer Anwendung der Mineralwässer besteht daher lediglich darin, daß in erstem Falle das Mineralwasser mittelbar ins Blut übergeführt wird, indem es erst den Weg dahin durch den Magen und Darmkanal zu nehmen hat, obgleich auch hier eine sofortige theilweise Aufnahme desselben von Seiten der Blutgefäße stattfindet, in letzterem Falle aber unmittelbar von der Haut in die Blutgefäße übertragen wird, woraus wohl zu Genüge hervorgeht, wie ein Verhalten im Allgemeinen und insbesondere der Genuß von Dingen, welche die Wirkung der Heilquellen zu stören, oder ganz aufzuheben, wo nicht gar in gefährlicher Weise abzuändern vermögen, bei der Badekur, wie bei der Trinkkur in gleicher Weise verhütet werden muß. Denn hier wie dort treffen die Schädlichkeiten zuerst und hauptsächlich entweder vorzugsweise die Nerven oder das mit den Heilstoffen des Mineralwassers geschwängerte Blut und entwickeln sogar von diesen beiden Sphären aus erst ihren nachtheiligen Rückeinfluß auf die einzelnen Organe und den Gesammtorganismus. Sie vergessen aber auch, daß, ganz abgesehen von den Bädern, deren sie sich zur Wiederherstellung ihrer Gesundheit bedienen, ihre Krankheit schon an und für sich einer entsprechenden Regelung der Diät bedarf, ohne welche sie, wie in der Folge gezeigt werden

soll, nimmer entfernt werden kann. — Die gerügte irrige Ansicht pflegen auch Solche in der Regel festzuhalten, welche, obgleich sie ein so eingreifendes Mittel, wie die Heilquellen Warmbrunns, zu gebrauchen angewiesen sind, dennoch sich für gesund halten, weil das gestörte Gleichgewicht der Lebensverrichtungen bei ihnen noch nicht bis zu dem Grade gelangt ist, um entschieden genug auf das Allgemeinbefinden zurück zu wirken. Während der innere Feind schon lauernd im Hinterhalt liegt, halten sie ihren Zustand für bedeutungslos, weil das Maaß der Beschwerden für jetzt noch ein geringes ist, und betrachten die Kur als etwas Ueberflüssiges und daher Geringfügiges, der man sich nur gefügt, um dem Drängen des Arztes endlich um so lieber nachzugeben, als man beabsichtigt, in dem Kurorte sich ungebundener, wie in der Heimat, den Genüssen der Tafel und den geräuschvollen Zerstreuungen des bewegten Badelebens hingeben zu können. Sie sind schwer zur Einsicht zu bringen, daß ihnen deshalb die Heilquellen zu gebrauchen angerathen worden, um zu einem späterhin vielleicht gefahrdrohenden und schwer oder gar nicht zu überwältigenden Uebel den Keim, der allerdings seine Wucherung erst begonnen, im Aufgehen schon zu ersticken und sie daher mit aller Sorgfalt und Strenge vorschriftsmäßig Das aus ihrer Lebensweise herauszubringen haben, was mit der Kur, soll diese das gewünschte Ziel erreichen lassen, unverträglich ist, damit sie in Zukunft der schwere Vorwurf nicht treffe, sich selbst muthwillig das Mittel entzogen zu haben, welches ihre nunmehr schweren Leiden hätte verhüten, ja ihre früher nur in leisem Schwanken begriffene Gesundheit hätte befestigen können. — Auch unter den von Krankheiten Wiedergenesenen und unter den eigentlich noch in größerem Maaße relativ Gesunden, jedoch mit einer entschiedenen Anlage zu gewissen Krankheiten Begabten, die sich der Heilquellen Warmbrunns als Sicherungs- und Schutzmittel bedienen, taucht die falsche Meinung leicht auf, daß sie einer strengen Beachtung der Kurdiät überhoben seien, indem ja, so schließen sie, eine wirkliche Krankheit bei ihnen nicht besteht. Wie soll aber die Schutzkraft der Heilquellen Warmbrunns sich verwirklichen können, wenn ein fehlerhaftes Regimen letztere ihrer Kraft beraubt, ihre heilsame Wirkung überhaupt lähmt! Und verlangt denn die noch geschwächte Wiederstandskraft des Reconvalescenten, welche zu Rückfällen geneigt macht, und die Krankheitsanlage, welche schon als ein wichtiges Krankheitsmoment zu betrachten ist, etwa nicht eine sorgsame Rücksicht auf Diät? Wird nicht vielmehr in

solchen Fällen, ganz abgesehen von der Kur, das Fortbestehen der Gesundheit von dem diätetischen Verhalten unzweifelhaft abhängen? Wahrlich es hieße das kostbarste Gut des Lebens mit leichtfertiger Geringschätzung von sich stoßen, wollte man nicht durch Entsagung dieses oder jenes Genusses den Erfolg eines Verfahrens sicher stellen, welches die kaum wieder erlangte Gesundheit vor Rückschlägen, den noch in kaum merklich getrübter Kraft beharrenden Körper vor späterem Siechthum zu schützen befähigt ist. So verlangt denn auch die relative Gesundheit, soll sie durch die Heilquellen Warmbrunns auch nur in ihrem Bestehen befestigt und gegen zu befürchtende Erschütterungen verwahrt werden, den genauen Befolg der diätetischen Kurvorschriften, wie solche Allen, welche die Warmbrunner Thermen gegen Krankheiten in Gebrauch nehmen, nach ihrer Besonderheit zu geben nothwendig ist. Die Gesundheit, sagt ein geistreicher französischer Arzt, giebt sich nicht, wie das Glück, denen hin, die von ihr einen schlechten Gebrauch machen, weilt dagegen gern bei solchen, die sie zu schätzen wissen, und gewährt sehr viel für das Geringe, was sie fordert.

III.

Käme es bei dem Entwurf einer Lebensordnung für Die, welche die Kur in Warmbrunn gebrauchen, lediglich darauf an, die diätetischen Verhaltungsmaßregeln mit den chemischen Eigenschaften und den Temperaturverhältnissen der Thermen dem Heilzwecke gemäß in Uebereinstimmung zu bringen, so würde es keinen Schwierigkeiten unterliegen, eine desfallsige Lebensordnung nach gemeingültigen Grundsätzen festzustellen. Die diätetischen Kurvorschriften können und dürfen aber nur in untergeordneter Weise auf die spezifische Natur der Heilquellen gerichtet sein, während die oberste Rücksicht bezüglich des ganzen diätetischen Verhaltens auf die Natur der Krankheit und der Individualität des Kranken genommen werden muß. Demnach bestimmt hauptsächlich die Verschiedenheit der Krankheiten und die Verschiedenheit der Individuen je nach ihrer Körperkonstitution, ihres Temperaments, Alters, Geschlechts unter gleichzeitiger Rücksichtsnahme auf Gewohnheit, Idiosynkrasie und Beruf die kurgemäße Lebensordnung. Die Vollgültigkeit dieses Grundsatzes wird eine sichere Anerkennung finden, wenn man darauf zurückkommt, daß, als von den Wirkungen der Warmbrunner Heilquellen in verschiedenen Krankheiten die Rede war, zwar vorübergehend, doch wieder=

holentlich die Ansicht ausgesprochen worden ist, daß die Heilquellen, wie alle übrigen Heilmittel, lediglich den Heilprozeß einleiten und vermitteln helfen, insofern sie eine Umstimmung der organischen Kräfte und deren Substrat bewerkstelligen, nicht aber die Heilung als solche vollbringen. Den Heilungsakt vollzieht der lebende Organismus durch sich selbst. Jene geheimnißvolle, unergründliche, nach einem genau bestimmten Plane wirkende Kraft in jedem thierischen Organismus, vermöge welcher dessen vielgegliedertes Triebwerk, einmal planmäßig in Bewegung gesetzt, nunmehr auch in Bewegung erhalten, seine vielfachen, zu einem Ganzen verschlungenen Thätigkeiten zu lebendiger und gesetzlicher Aeußerung gebracht und ihm seine Selbstständigkeit als lebendes Einzelwesen gesichert wird gegenüber den beständig auf ihn einwirkenden, mit ihm in Wechselwirkung stehenden Außenkräften, jene selbe Kraft, die immerhin Lebenskraft genannt werden kann, weil sie insofern eine nur lebenden Organismen eigene Kraft ist, als in diesen das Verhalten der chemischen und physikalischen Prozesse, die ihrem Bestehen und ihren Verrichtungen zum Grunde liegen, eigenthümliche, durch das thierisch-organische Leben bedingte Modifikationen erfährt, jene selbe Kraft ist es auch, die, wenn der Organismus, sei es durch äußere oder innere Ursachen, in Abweichung von der Norm gerathen, das harmonische Ineinandergreifen der Lebensverrichtungen wieder herstellt. Hierbei darf jedoch zu erwähnen nicht unterlassen werden, daß die eigene Wiederherstellung der gesetzlichen Ordnung von Seiten des Organismus, wenn er erkrankt ist, nicht etwa nach andern Gesetzen, als denen, welche den gesunden Organismus beherrschen, sondern vielmehr ganz nach denselben erfolgt, indem das kranke Leben nichts anderes, als eine Modifikation des gesunden ist. Es kann aber nunmehr nicht schwierig sein, zu begreifen, daß die Eigenhülfe des lebenden Organismus, welche nicht, wie fälschlich angenommen zu werden pflegt, vermittelst einer besonderen Kraft, der sogenannten Heilkraft der Natur, zu Stande kommt, sondern vielmehr ihren nächsten Grund hat in der ursprünglich getroffenen zwecklichen Gesammteinrichtung des Organismus: also in der nach einem bestimmten Plane geschehenen Gestaltung, Struktur und zu einer harmonischen Einheit geordneten Lagerung der Organe sowie in dem gesetzmäßigen Zusammenhange und einheitlichen Ineinandergreifen der verschiedenen, durch die Organe bewerkstelligten Lebensthätigkeiten des Organismus, wodurch derselbe als selbständiges und sich erhaltendes lebendes Ganzes hingestellt ist, daß

diese Eigenhülfe, sagen wir, um so freier und vollkommener sich geltend machen wird, je mehr es gelingt, die veranlassenden Ursachen der eingetretenen Störungen in den Lebensverrichtungen des Organismus zu entfernen oder, falls deren Entfernung nicht mehr in der Möglichkeit liegt, in ihren Wirkungen entweder vollkommen unschädlich zu machen oder wenigstens zu schwächen, neue schädliche Einflüsse, welche jenen Heilbestrebungen des Körpers entgegenwirken können, abzuhalten und die Einzelthätigkeiten des Organismus, welche noch nicht von ihrer Regelmäßigkeit abgewichen, zu Gunsten der aus der Bahn der Gesetzlichkeit herausgetretenen zu schonen und zu leiten. Alle diese für das Gelingen der Selbsterhaltungsbestrebungen des kranken Organismus unumgänglich nothwendigen Bedingungen vermag ein richtig geleitetes und der Besonderheit des erkrankten Körpers mit Umsicht genau angepaßtes diätetisches Regimen zu verwirklichen; ja es wird den Heilmitteln, welche zur sicheren Beseitigung des kranken Körperzustandes zu Hülfe genommen werden, erst möglich, den Weg ihrer Wirksamkeit mit Sicherheit zu gehen, wenn durch Vermittelung eines entsprechenden diätetischen Verhaltens die gedachten Bedingungen erfüllt sind. Es bedarf nur des Hervorhebens der nicht zu bestreitenden Thatsache, daß einerseits gar manche, zumal langwierige Krankheiten oft ohne alle medikamentöse Beihülfe, lediglich durch eine den besonderen Fällen zweckdienliche diätetische Pflege geheilt werden, andererseits aber bei der umsichtigsten Behandlung mit wirksamen Medikamenten ohne Befolgung der entsprechenden diätetischen Vorschriften, wenn sie auch heilbar sind, ungeheilt bleiben, um die ganze Wahrheit der bisher in diesem Abschnitt stattgehabten Erörterungen über das Verhältniß der Krankheitsdiät zur Krankheitsheilung in das hellste Licht zu stellen. Wir zweifeln nicht mehr, daß jetzt die hohe Wichtigkeit der Diät bei Behandlung der Krankheiten vermittelst der Warmbrunner Heilquellen vollkommen erkannt sein wird: einer Diät, die dahin zielt, vor Allem dem Vermögen des Organismus, eingetretene Fehler in seinen Lebensverrichtungen eigenthätig zu verbessern, zur möglichst freien Aeußerung zu verhelfen, dann aber auch die Heilquellen, als erfahrungsgemäß große, in eigenthümlicher Weise wirkende und nicht leicht durch etwas Anderes zu ersetzende Hülfsmittel für möglichst vollkommene Erreichung des Heilzweckes vor allen Einflüssen zu bewahren, die ihrer Eigenthümlichkeit zuwider laufen, ihre Kraft schwächen oder sie gar als Schädlichkeit umwandeln könnten.

Eine Diät in obgedachtem Sinne bedarf aber — dies stellt sich klar heraus — nicht bloß auf den nach Qualität und Quantität zweckdienlich wohlgeordneten Genuß von Speisen und Getränken eingeschränkt bleiben, sondern muß vielmehr ausgedehnt werden auf eine das Heilobjekt und den Heilplan scharf im Auge behaltende Beherrschung und Leitung aller der mannigfachen Einflüsse der Außenwelt, die zu dem körperlichen und geistigen Sein des Menschen in Beziehung stehen und dasselbe mitbedingen, die daher auch die Oertlichkeitsverhältnisse, das Klima im Allgemeinen und die Luftverhältnisse insbesondere, Ruhe und Bewegung, Schlaf und Wachen, Beschäftigung und Erholung und alle auf die menschliche Gemüthsseite vornehmlich einwirkenden Momente mitumfassen. Da aber alle Außendinge außer ihrem allgemeinen Einfluß auf den Organismus auch noch auf jedes Individuum einen besonderen, ihm eigenthümlichen ausüben und es aus diesem Grunde, wie auch die vorstehenden Erörterungen schon deutlich darauf hinweisen, unzweifelhaft nöthig sein wird, jedem Einzelnen, der sich der Kur in Warmbrunn unterzieht, das gesammte diätetische Verhalten in besonderer Weise vorzuzeichnen, so darf kaum zu vermuthen stehen, man setze voraus, es läge hier die Absicht vor, Verhaltungsmaßregeln, die in allen einzelnen Fällen in gleicher Art zur Geltung zu kommen beanspruchen, festzustellen; die Lösung einer solchen Aufgabe würde an der Unerschöpflichkeit des zu behandelnden Gegenstandes scheitern. Der folgende Entwurf einer Lebensordnung bei dem Kurgebrauch in Warmbrunn kann sich nur auf einem ganz allgemeinen Standpunkt halten und muß für alles Besondere, wenn es auf die Anwendung ankommt, seine Ergänzung finden in den desfallsigen näheren Bestimmungen von Seiten des Arztes, nachdem der Kranke ihm genügenden Aufschluß gegeben über Alles, was ihm, bezüglich seiner Art zu leben, die eigene Erfahrung an die Hand gegeben: welche Speisen sich für ihn als leicht verdaulich erweisen und welche seine Verdauungsorgane mehr oder weniger zu belästigen und die Verdauung zu erschweren pflegen, welche Getränke seinem Körper der Qualität und Quantität nach zusagen und welche er übler Nachwirkungen wegen zu vermeiden sich genöthigt sieht, welches Verhalten das Blut und die Nerven in Aufregung versetzt und welches mehr beschwichtigend auf diese beiden Hauptfaktoren des Lebens einwirkt, von welchen diätetischen Einflüssen leicht Verstopfung oder Unordnung in der Darmverrichtung überhaupt wahrgenommen wird und welche eine mehr eröffnende, die Unterleibs-

funktion regelnde Wirkung äußern, welche Lebensweise einen ruhigen Schlaf sichert und welche den Schlaf unruhig werden läßt und ihn stört, welche Gewohnheiten einen gewissen Einfluß auf diese oder jene Körperverrichtung erworben haben u. dgl. mehr.

IV.

Alle Krankheiten, gegen welche die Heilquellen Warmbrunns angewendet zu werden pflegen, durch deren Vermittelung sich eine Heilung derselben erwarten läßt, gehören, wie ein Rückblick auf die Darstellung ihrer Entwickelung und ihres Verlaufs dies genügend darthut, zu den langwierigen, deren Krankheitsprozeß, mit wenigen Ausnahmen, von den Organen der Ernährung und den mit diesen aufs Engste verbundenen Organen der Ab- und Aussonderung durchgeführt wird und deren nächster Grund in einer Abweichung der Säfte von der Norm, sei es einer Abweichung von ihrer normalen Mischung, sei es eine Abweichung von ihrer normalen Bewegung, zu finden ist, so daß ihre Wesenheit theils auf regelwidrige Veränderungen und Zusammensetzungen der Säftebestandtheile, theils auf Trägheit und Stockung in der Säftebewegung zurückgeführt werden kann. Die Lebensbedingungen des Flüssigen und die des Starren sind aber im menschlichen Organismus, wie überhaupt im thierischen, durch keine Grenzlinie von einander geschieden; sie fallen vielmehr für beide, da aus den flüssigen organischen Bestandtheilen die festen Gebilde sich erzeugen und beständig erneuen, in Eins zusammen. Wenn also hiernach von der naturgemäßen Beschaffenheit und Beweglichkeit der organischen Flüssigkeiten die normale Organisation und Form der festen Theile unbedingt abhängt, so versteht es sich von selbst, daß andauernde Mischungs- und Bewegungsfehler der Säfte die Elementarbestandtheile (Bildgewebe) und somit die Struktur und Gestalt der Organe regelwidrig abändern müssen, wenn diese Veränderungen auch nicht immer deutlich wahrnehmbar sind. An die plangemäße Gestaltung und innere Zusammensetzung der Organe ist aber ihre ihnen zuertheilte Funktion gefesselt; es können daher Organe, deren Form- oder Strukturverhältnisse nicht mehr die ursprünglich bestimmten, naturgemäßen sind, die ihnen überwiesenen Thätigkeiten unmöglich fehlerfrei vollbringen, und es müssen somit die verschiedenen Abweichungen der Säfte von ihren Normaleigenschaften nach Maaßgabe und Art derselben und nach Maaßgabe und Art der stoffigen Abänderungen, die sie nothwendig in den festen Theilen hervorrufen, durch Funktionsstörungen der Or-

gane in die Erscheinung treten und hierdurch erkennbar werden können. Man wird aus dem Vorausgeschickten wohl zu entnehmen berechtigt, daß der organische Bildungsprozeß bei den in Rede stehenden Krankheiten nicht mehr in normaler Weise von statten geht, und daß die Abweichungen der Lebensthätigkeiten, wodurch die Krankheiten zur Aeußerung kommen, in ihm ihre eigentliche Quelle haben. Der organische Bildungsprozeß im thierischen und menschlichen Körper, vermöge dessen die Umwandlung der von der Außenwelt dem Organismus dargebotenen, für seine Entwickelung und sein Bestehen nothwendigen Stoffe in Bestandtheile des Organismus vollbracht wird, erfüllt nicht nur den Zweck, die ursprünglich schon vorausbestimmte organische Substanz planmäßig zu bilden und zu entwickeln, sondern sie auch bei dem beständigen Abfall abgenutzter, unbrauchbar gewordener Elemente, den die Thätigkeit der Organe bedingt, fortwährend von Neuem wieder zu erzeugen, wieder zu bilden. Dieser Vorgang ist es, den man in der Wissenschaft Reproduktion (Wiederbildung, Wiedererzeugung) nennt. Die Säfte können so durchgreifende Veränderungen ihrer Mischung und Bewegung erfahren, daß die gesammte Ernährung und Reproduktion des Organismus sichtbar, wie z. B. in den Skrofeln, in der Bleichsucht, in eine tiefkrankhafte Richtung verfällt und daß an allen Organen mehr oder weniger deutlich der Stempel des besondern Leidens sich aufgedrückt zeigt. Es können aber auch die Erscheinungen der in Abweichung gerathenen Ernährung und Reproduktion nur in einzelnen Reihen von Organen, deren Gewebezusammensetzung gleichartig ist, oder selbst nur in einzelnen Organen aus diesen Reihen, wie z. B. in den Gelenken bei der Gicht, in gewissen Muskelpartieen bei der Bleikrankheit, oder in solchen Einzelorganen, deren Thätigkeit in die Vorgänge der Reproduktion wesentlich eingreift, z. B. in der Leber, vorzugsweise auftreten, je nach der Lebensbeziehung, welche die einzelnen Bestandtheile der Säfte zu den verschiedenen Organen haben; denn alle in Struktur und Form von einander abweichenden Organe verarbeiten und verwenden gemäß der ihnen darob eigenthümlichen Thätigkeit in besonderer Weise nur diejenigen Stoffe der Ernährungsflüssigkeit, die mit Beziehung auf das Ganze zu ihrer eigenen Entfaltung und Erhaltung nothwendig sind.

Wegen der Ursprünglichkeit von dergleichen Krankheiten, und besonders weil bei ihnen der nicht normgemäß vorsichgehende Lebensprozeß in Regelwidrigkeiten des Organisationsmechanismus zunächst deutlich sich

kund giebt, hat man sie als Säftekrankheiten, Organisationskrankheiten bezeichnet.

Es kann kein Zweifel obwalten, was im Allgemeinen zunächst werde geschehen müssen, um dergleichen Krankheiten durch Kunsthülfe zu beseitigen. Es wird vor Allem die Aufgabe sein, den krankhaft beschaffenen Säften, soweit es in der Möglichkeit liegt, zur Wiedererlangung ihrer Normalbeschaffenheit zu verhelfen und ihren unregelmäßigen Kreislauf, wo dieser gestört sich zeigt, wieder in geordneten Gang zu bringen. Dies wird unter den gegebenen Umständen nur erreicht werden können, wenn es gelingt, den ganzen, auch die Ab- und Ausscheidungen in sich begreifenden Ernährungsprozeß, der, wenn die Säfte krankhafte Eigenschaften angenommen, wie bereits erwiesen, nothwendig in eine verkehrte Richtung verfallen sein muß, durch völlige Umstimmung der Ernährungsverrichtungen von den Abwegen zurück in seine naturgemäße Bahn zu leiten. Einen solchen Umschwung in den Ernährungsvorgängen, wodurch die von ihrer regelrechten Mischung und Bewegung abgekommenen Säfte ihre Normalbefähigung nach beiden Richtungen hin wiedererlangen und in dessen Folge die auf solchen Mischungs- und Bewegungs-Abweichungen beruhenden Krankheiten der festen Theile geheilt werden können, falls diese nicht schon unveränderbar krankhafte Struktur oder Form-Veränderungen erlitten, vermögen unter bestimmt gegebenen Verhältnissen die Heilquellen Warmbrunns zu bewirken; sie vermögen dies nämlich nach feststehenden Erfahrungen vorzugsweise dann, wenn es unter begünstigenden Umständen zu solchen normwidrigen Verbindungen und Scheidungen der Säfte, zu solchen Regelwidrigkeiten ihrer Bewegung gekommen, daß, in Folge der Rückwirkungen dieser abweichenden Säfteverhältnisse auf die Mischung und Form der organischen Substanz, diejenigen mannigfach verketteten Krankheiten sich entwickeln, die in einem früheren Abschnitt in nähere Betrachtung gezogen worden sind. Die eigenthümlichen Veränderungen nämlich, welche letztere wie schon bekannt, vermöge ihrer Wärme, ihrer festen, flüchtigen und flüssigen Bestandtheile direkt im Blute und in der Aktion der Nerven, besonders der, der Organisation vorstehenden sogenannten Gangliennerven hervorrufen, haben zur Folge, daß der aus den Nahrungsmitteln im Magen und Dünndarm bereitete, in einer gleichartigen (homogenen) dicklichen Flüssigkeit bestehende Speisesaft, welcher, wie schon dargethan, vom Darmkanale aus durch eigens hierzu bestimmte, in Schläuchen ausgehende Gefäße (Lymphgefäße) unmittelbar in's Blut

gelangt, um wiederum Blut zu werden, eine naturgemäße Verähnlichung, d. h. Umwandlung in Theile des Bluts, erfährt, daß eben so auch in den Gefäßen und Drüsen, sowohl in denen, welche rothe Säfte (Blut), als auch in denen, welche weiße Säfte (Lymphe) führen, deren flüssiger Inhalt in eine freiere, gehobenere, ungestörte Bewegung gesetzt wird, daß ferner in dem Bereiche, welcher als der Heerd des Stoffanbildungs- und Stoffausscheidungs-Prozesses zu betrachten ist, ein lebhafterer, geregelter Stoffumsatz vor sich geht, nämlich in den haarfeinen, ein besonderes System bildenden Blutgefäßen (Kapillargefäßen), mit denen alle Organe netzartig um- und durchsponnen sind und durch deren äußerst zarte, poröse Wände die Ernährungsflüssigkeit aus dem Blute ausschwitzt, welche die Organe durchtränkt und aus der dieselben theils die ihnen zum Fortbestehen nöthigen Ergänzungsstoffe durch Anziehung und Verarbeitung sich aneignen, theils auch, je nach ihrer Bestimmung, das Material zu den Absonderungsflüssigkeiten (Speichel, Galle u. s. w.) entnehmen, während manche andere, in Folge der Organenthätigkeit zersetzte und verflüssigte Stoffe in die von den Organen nicht aufgearbeitete und somit überflüssig gewordene Ernährungsflüssigkeit übergehen und mit letzterer dem Blute, sowohl unmittelbar, durch Eindringen in die zarten Haargefäßwände, als auch mittelbar durch die aufsaugenden (Lymphe) Gefäße zu weiterer Bearbeitung und Verwendung übertragen werden, und daß endlich die Ausscheidungs-Organe, deren Aufgabe es ist, diejenigen bei diesen Vorgängen sich absondernde Stoffe (Koth, Urin, Haut- und Lungendunst), welche der Organismus in keiner Weise für sich zu verwenden vermag, aus dem Körper fortzuschaffen, zu verstärkter Thätigkeit angeregt werden. In Umstimmung der Säfte, Regulirung ihrer Cirkulation, Vermittlung normaler Stoffumwandlung in den Organen und normaler Abscheidung und Ausführung der, für das Bestehen des Organismus untauglich gewordenen, fremdartigen Stoffverbindungen, mit kurzen Worten, in Herstellung normaler Ernährungsthätigkeit besteht also hauptsächlich die in bestimmten Grenzen sich haltende Wirkung der Warmbrunner Heilquellen.

Dieses nochmalige Zurückführen auf die allgemeinen Wirkungen der Warmbrunner Heilquellen in der Weise, wie dies hier erst, nach früherer Schilderung der speziellen, geschehen konnte, wird ohne Zweifel den Zweck vollkommen erreichen lassen, klar und anschaulich zur Ueberzeugung zu bringen, daß, wenn schon im Allgemeinen die Vorschriften, wie der kranke Körper gemäß der Besonderheit des Krankheitszustandes ernährt werden

soll, den wichtigsten Theil der Krankheitsdiätetik bilden, indem jede irgend nur bedeutende Krankheit, welchen Ursprungs sie auch sei, mehr oder weniger in den Ernährungsprozeß nachtheilig eingreift, eine Ordnung der Gesammtlebensweise bei Behandlung aller Krankheiten vermittelst der Heilquellen Warmbrunns ganz besonders die erste und oberste Rücksicht auf die Ernährungsweise der betreffenden Kranken, auf die richtige Wahl und das richtige Maaß der Nahrungsmittel, der festen, wie der flüssigen, zu nehmen und nicht minder in erste Reihe eine strenge Sorgfalt für die Werkzeuge der Verdauung (Magen und Darmkanal) zu stellen haben wird.

Die Nahrungsmittel sind unter den Bedingungen, welche die Außenwelt dem Organismus zur Entfaltung seiner Lebensthätigkeiten darbietet, diejenigen, die, indem sie ausschließlich Bestandtheile enthalten, welche fähig sind, in organische Substanz umgewandelt werden zu können, durch Stofferſatz die Verluste decken, welche die Organe bei dem in Folge ihrer Thätigkeit ununterbrochenen Stoffumsatz erleiden. Unter den Ernährungsapparaten aber ist es der Magen, der die Nahrungsmittel zunächst als Rohstoffe empfängt und durch Bearbeitung geeignet macht, nach erfolgter noch größerer Vervollkommnung im Dünndarm, als neues Bildungsmaterial in den Säftestrom überzugehen und in ihm aufzugehen. Alle übrigen Außendinge, welche auf den Organismus einwirken und nicht in Substanz desselben verähnlicht werden können, sind als Reize für denselben zu betrachten, und nur der Sauerstoff der Luft, die Wärme und das Wasser möchten eine Ausnahme machen, insofern sie bei der Stoffbildung unentbehrlich sind. Reiz ist aber, um mit einem berühmten Naturforscher zu sprechen, ein Einfluß auf den Organismus, welcher, indem er die Substanz alterirt, deren Kräfte und die Aeußerung der letzteren umstimmt. Zu solchen äußeren Einflüssen gehören auch die Heilquellen, wie die Heilmittel in engerer Wortbedeutung überhaupt.

Warmbrunns Heilquellen alteriren den allgemeinen thierischen Bildungssaft, das Blut, wenn es in bestimmter Richtung von seinen normalen Mischungsverhältnissen abgewichen, d. h. sie rufen chemische Umänderungen in ihm hervor und bringen hierdurch, wie durch gleichzeitige Alteration derjenigen Nerven, deren Funktion der Organisation zugewendet ist, die auf jenem Wege entstandenen Normwidrigkeiten des Lebensprozesses, welche sich in krankhafter Bildungsthätigkeit äußern, zur Ausgleichung. Bildungsthätigkeit und Bildungsstoff sind aber die beiden Faktoren der Ernährung und bedingen einander im gesunden und kranken Leben des Organismus.

Daher steigert sich die Bildungsthätigkeit, sobald durch zu starke Zufuhr von Nahrung die Bildstoffe im Blute in zu großer Menge vorhanden sind: es entsteht üppige Ernährung, die sogenannte Vollsaftigkeit; die Bildungsthätigkeit sinkt, sobald zu wenig Nahrung eine Armuth an Bildstoffen im Blute herbeiführt: es entsteht zu geringe Ernährung, Abmagerung; die Bildungsthätigkeit verändert sich, d. h. es kommt zu qualitativ veränderter Substanzbildung, sobald die Qualität der Nahrung die Qualität der Bildstoffe im Blute umändert; so z. B. entsteht überwiegende Fettbildung, wenn vorzugsweise Nahrungsmittel genossen werden, deren Eigenschaften die Fetterzeugung begünstigen. Eben so verhält es sich, wenn die Bildungsthätigkeit ganz von der Norm abgekommen ist. In der sogenannten Zuckerruhr z. B. entfernt sich die Bildungsthätigkeit in hohem Grade von ihrer Bestimmung, thierisch-organische Substanz zu bilden; sie schlägt, um bildlich zu sprechen, in eine mehr pflanzliche um; bei gleichzeitiger ungewöhnlich stark vermehrter Harnbildung kommt es zur Bildung von wirklichem krystallisirbarem Zucker, der dem Pflanzenzucker in nichts nachgiebt und als fremdartiges Selbsterzeugniß des Organismus in aufgelöstem Zustande mit dem in großer Menge abgehenden Urin aus dem Körper entfernt wird; der Stoffansatz hingegen ist hierbei dermaßen umgeändert und so herabgesetzt, daß alle Organe verkümmern und der Körper zum Skelet abmagert. Wird bei dieser Abweichung der Bildungsfähigkeit rein thierische Nahrung (Fleischnahrung) verabreicht, so daß das Blut in dieser einseitigen Weise neue Zufuhr von Bildstoffen erhält, so erfolgt alsbald eine Rückwirkung auf die Bildungsthätigkeit; die Zuckererzeugung nimmt in demselben Verhältnisse ab, als die Bildung rein thierisch ausgeprägter Substanz zunimmt; die Körpertheile setzen alsdann wieder mehr und besser organisirte Soffe an, und der ganze Ernährungsprozeß überhaupt gewinnt nach Maßgabe dieses Vorganges wieder mehr die Annäherung an die Norm. Aber auch die Bildungsthätigkeit übt umgekehrt einen bedingenden Einfluß auf die genommene Nahrung aus. Dies beweist die Thatsache, daß, so lange in Krankheiten die Bildungsthätigkeit noch keine vollkommene Ausgleichung erfahren hat, selbst bei ganz entsprechender, zweckmäßiger Nahrung, sich nichts desto weniger unter noch bemerklicher Benachtheiligung des Stoffansatzes immer noch dieselben Krankheitsstoffe, wenn auch in verhältnißmäßig geringer Menge, erzeugen. Es folgt hieraus, daß man in Krankheiten, die in den Säften, in der Ernährung,

ihre Wurzel haben, auf beide Ernährungsfaktoren wird Rücksicht nehmen müssen, wenn der Zweck erreicht werden soll, sie durch Kunsthülfe zu beseitigen. Die Erfahrung bestätigt dies auch. Es gelingt zuweilen, um bei dem vorigen Beispiele stehen zu bleiben, in der Zuckerruhr, durch Einwirkung vermittelst eines Medikaments eine solche (chemische) Umänderung in den Säften und eine hierauf basirte Umstimmung der Bildungsthätigkeit zu erzielen, daß ein Zurückgehen der Zuckerbildung und ein Vorschreiten einer bessern Organisation als alleinige Folge des medikamentlichen Einflusses außer Zweifel steht; bei gänzlicher Vermeidung von Pflanzenkost, wodurch die Bildstoffe im Blute in solcher Eigenschaft verbleiben, daß sich der Wirkung des Medikaments keine Hindernisse entgegenstellen, steht sogar die gänzliche Heilung dieser meist unglücklich verlaufenden Krankheit alsdann in Aussicht. Aber selbst wenn in solchem Falle reine Fleischnahrung eingenommen wird, geht die Zuckerbildung in verhältnißmäßiger Menge noch immer vor sich, so lange nicht durch gänzliches Erlöschen des Krankheitsprozesses die Bildungsthätigkeit wieder völlig normal von Statten geht. Aus alle dem ergiebt sich nun unwiderleglich, daß gerade die Krankheiten, deren nächste Ursache, d. h. deren Ursprünglichkeit, in den Säften aufzufinden ist, vor allen anderen ohne eine entsprechende Umänderung der Nahrung, selbst bei der zweckmäßigsten Behandlung mit sicher wirkenden Arzneien, gar nicht geheilt werden können, indem die Nahrung gerade das für die Beschaffenheit der Säfte zunächst bestimmende ist, und daß demnach, wenn auch die Warmbrunner Heilquellen auf die bereits genau bezeichnete Weise bei den oben näher erörterten Krankheiten eine Ausgleichung der normwidrigen Bildungsthätigkeit bewirken und somit die wichtigste Bedingung zur Krankheitsheilung abgeben, diese ihre Wirkung nur festgehalten und gesichert werden kann, wenn zu allererst die Nahrung so geordnet wird, daß durch sie der Krankheitszunder vermindert und nicht unterhalten wird. Je nach Verschiedenartigkeit der Mischungs- und Bewegungs-Abweichungen der Säfte werden aber auch die sich aus ihnen entwickelnden Krankheiten spezifisch verschieden sein müssen. Anders verhalten sich die Abweichungen der Säfte in der Gicht, anders in den Skrofeln, anders in der Bleichsucht; daher auch anders die Krankheitserscheinungen, unter denen diese Krankheiten verlaufen. Aus diesem Grunde rechtfertigt sich von selbst vollkommen die als unabänderlich aufgestellte Regel, daß im Allgemeinen jede besondere derartige Krankheit, und somit auch die für die Heilquellen Warmbrunns geeigne-

ten, in besonderer Weise die Regelung der Nahrung erforderlich macht. Was aber noch von anderer Seite her die unverzügliche, dem Heilzweck entsprechende Ordnung der Ernährungsweise in den vermittelst der Warmbrunner Heilquellen zu behandelnden Krankheiten als Hauptbedingungen der Heilung erkennen läßt, ist die Thatsache, daß die meisten derselben, wie Gicht, Hämorrhoiden, Skrofeln, Bleichsucht u. s. w., in unzweckmäßiger Nahrung ihre äußere veranlassende Ursache finden.

So vielseitig nach allen dem die Rücksichten bei Feststellung der Nahrung den einzelnen Krankheiten gegenüber im Allgemeinen sich erweisen, so einseitig zeigen sich dieselben, wie früher schon angedeutet, gegenüber den Heilquellen selbst. Letztere sind für alle jene verschiedenen Krankheiten das gemeinschaftliche Heilmittel und können daher in obgedachter Beziehung nur die eine, aber gleichfalls hochwichtige und unerläßliche Rücksicht haben, daß in allen Fällen die Nahrung nichts enthalte, was den chemischen Eigenschaften der Heilquellen zuwider sein und und ihre spezifische Wirkungen beeinträchtigen könnte. Ganz so verhält es sich in dieser Hinsicht mit der gleich vom Anfang an fest im Auge zu behaltenden Rücksichtsnahme auf die Verdauung; sie ist und bleibt bei den betreffenden Krankheiten, wie überhaupt bei allen anderen, immer dieselbe, daß die Verdauung stets normal von Statten gehe und demnach Alles vermieden werde, was störend auf sie einwirken könnte. Wenn dem nicht so ist, so verliert selbst die zweckmäßigste Nahrung schon in dem ersten und gewichtigsten Vorakte des Ernährungsprozesses die Befähigung, im weiteren Verlaufe die gesetzmäßige organische Entfaltung vollkommen zu erlangen, aus welchem Grunde alsdann nicht allein der Krankheitszustand des Körpers überhaupt unterhalten, sondern auch den Heilquellen die Möglichkeit benommen wird, ihre volle Wirkung hervortreten zu lassen.

Wir wenden uns demnach zunächst zu den

Verhaltungsmaßregeln in Betreff der Nahrung und Getränke.

Vom allgemeinsten Standpunkte aus gebietet die Diätetik, insoweit sie sich auf Nahrung und Getränk bezieht, in allen den Krankheiten, gegen welche die Mineralquellen Warmbrunns als Heilmittel in Anwendung kommen

I. Mäßigkeit im Genuß selbst des Erlaubten und Zweckmäßigen. Nur das jedesmalige Bedürfniß und der individuelle Stärkegrad des Verdauungsvermögens dürfen allein maßgebend sein für die Menge der zu genießenden Speisen und Getränke. Was an letzteren darüber hinausgeht, wird zum Uebermaß, das nothwendig die Thätigkeit der Verdauungsorgane über die Gebühr anstrengen und hierdurch Veranlassung geben muß, daß anderen Organen von ihrem nöthigen Maaß an Kraft ein Theil entzogen wird, da nur auf Unkosten der einen die Kraft der andern Theile des Organismus eine Steigerung erleidet, und das außerdem einen Ueberfluß von Nährstoffen im Blute herbeiführt, dem Ueberfüllung und Reizung der Blutgefäße und hieraus entstehende Stockungen in der Blutbewegung unausbleibbar nachfolgen. Aber auch die Blutmischung benachtheiligt der fortgesetzte, mehr als nothwendige Genuß von Nahrung und Getränk. Denn nicht lange vermag die Verdauungsthätigkeit gesteigert zu bleiben, ohne in den Gegensatz umzuschlagen, in Schwächung zu gerathen. Ist das geschehen, dann können die dem Blute von den Verdauungsorganen aus zugehenden Nährstoffe nicht mehr vollkommen naturgemäß bearbeitet sein und demnach nicht die Vorbereitung erlangt haben, um die Umwandlung in gesundes Blut zu erfahren; das Blut wird in dieser Weise weniger mit organisationsfähigen, als vielmehr mit solchen Stoffen, die der Ausscheidung anheim fallen müssen, überfüllt sein. Und so hätte denn ein weiser Arzt aus einer längst vergangenen Zeit mit voller Berechtigung ausgesprochen: wer mehr ißt als er soll, nährt sich weniger als er muß. Die gesunde Ernährung und Reproduktion des Körpers steht nicht in einem geraden Verhältnisse zur Menge des Genossenen, sondern zur bedarfsmäßigen Menge des vollkommen gut Verdauten. Das Uebermaß an Speise und Trank wird also zur Ursache gerade solcher Regelwidrigkeiten in den Lebensverrichtungen, denen durch die Heilquellen Warmbrunns entgegen ge-

treten werden soll, und unterhält auf diese Weise nicht nur die zu beseitigenden Krankheiten, sondern macht auch die Wirkung des Heilmittels unmöglich. Die Mäßigkeit im Genuß hingegen hält den Körper beständig in der Stimmung, instinktartig stets nur das Bedürfniß für seine Erhaltung zu befriedigen, weil sie auch den Geist frei und unbefangen hält und an Schärfe des Urtheils erhöht; denn nicht umsonst hat der Mythus die Mäßigkeit als die Amme des Genies bezeichnet. Aber, ganz abgesehen davon, daß man so oft den Reiz des Gaumens mit dem vom Magen ausgehenden Appetit verwechselt, weßhalb die Verdauungsorgane auch so häufig die Verlockungen der Geschmacksorgane büßen müssen, wird gerade in Krankheiten, zumal in langwierigen, wenn die Kranken sich schwach und angegriffen fühlen, der große Fehler begangen, reichliche und wo möglich zugleich kräftige Nahrung zu genießen, in dem falschen Glauben, die gesunkenen Kräfte dadurch zu heben. Es sind jedoch in vielen Krankheiten und fast durchweg bei denen, die vermittelst der Warmbrunner Heilquellen behandelt werden, die Kräfte mehr unterdrückt, als daß sie wirklich fehlen, und man stärkt alsdann auf diese Weise mehr die Krankheit als den schwachen Körper, weil unter so bewandten Umständen die Kräfte von selbst sich wieder heben, wenn die Krankheitsprodukte aus dem Körper geschafft sind und ihre Wiedererzeugung aufhört, während die Nahrung, in unangemessener Menge genossen, den Krankheitszustand und somit auch das Gefühl der Kraftlosigkeit und Abgespanntheit nur unterhält. Bei einem nicht gar zu geringen Theile der Krankheiten, die in Warmbrunn ihrer Heilung entgegengeführt werden, kann es sogar von großer Wichtigkeit sein, das Maaß der im Uebrigen ganz geeigneten Nahrung unter das Bedürfniß herabzusetzen. Eine solche Verringerung der Nahrung, wodurch dem Blute nur in geringer Menge, aber, vermöge der nur wenig in Anspruch genommenen Verdauungsthätigkeit, desto besser und milder bearbeitete Bildstoffe zugehen, gewährt den großen Nutzen, daß man der sich fortsetzenden Neubildung des Krankhaften sichere Gränzen setzt, weil eben das Material zu solchem krankhaften Schaffen genommen wird und, da hierbei auch eine größere Verflüssigung verstärktere Aufsaugung und vermehrte Ab- und Ausscheidung zu Stande kommt, dessen Rückbildung wesentlich fördert. Lang dauernde hartnäckige Hautausschläge, Verhärtungen und Vergrößerungen wichtiger Organe, besonders der drüsigen, tiefhaftende Säftestockungen, regelwidrige Gicht mit entschiedener Vollsaftigkeit ver-

bunden, Griesbildung und noch manche andere Säftekrankheit beanspruchen nicht selten neben dem Gebrauch der Heilquellen eine solche Nahrungsverminderung zu ihrer sicherern Bekämpfung.

II. Einfachheit und Leichtverdaulichkeit der Nahrung und Getränke. Wenn in Krankheiten, wie bei den meisten der für Warmbrunn geeigneten, Beschwernisse der Blutcirkulation in der Pfortader, Blutanhäufungen in den größeren Unterleibsorganen, Unregelmäßigkeiten der Darmfunktion, gestörte Hautthätigkeit, zu den gewöhnlichen Krankheitserscheinungen gehören, alsdann ist auch, selbst bei noch vorhandenem Appetit, dies lehrt die Erfahrung, der Magen mehr oder weniger empfindlich und leicht störbar; denn die Funktion des Magens steht mit allen im Unterleibe vor sich gehenden Thätigkeiten in engster Beziehung und Wechselwirkung. In einer gleichen Verfassung befindet sich der Magen aller reizbaren, nervösen Kranken und der Wiedergenesenen. Eine einfache, ungekünstelte, leicht verdauliche, leicht nährende und wenig reizende Kost, einfaches Getränk, dem jede schädliche Nebenwirkung abgeht, werden demnach am geeignetsten sein, die Verdauungskraft zu schonen, und den wichtigen Zweck erreichen lassen, einen milden Nahrungssaft und somit auch ein mildes Blut zu schaffen und auf den Urquell der betreffenden Krankheiten, auf die Säfte, wohlthätig einzuwirken. Man darf übrigens im Allgemeinen mit größter Sicherheit voraussetzen, daß Krankheiten, die zu ihrer Entfernung sogenannte auflösende Mittel erheischen — und diesen sind die Warmbrunner Heilquellen beizuzählen — zugleich Nahrung und Getränk von oben bezeichneten Eigenschaften erforderlich machen.

III. Rücksichtnahme auf die Darmausscheidung bei der Wahl der Speisen und Getränke. Die meisten der in Rede stehenden Krankheiten haben im Unterleibe ihren Brennpunkt, und die andern, bei denen dies nicht der Fall ist, reflektiren häufig in demselben. Unter so bewandten Krankheitsverhältnissen läuft auch die wichtige ausscheidende Thätigkeit des Darmkanals leicht und oft Gefahr, in Störung zu gerathen. Um dem auch von Seiten des diätetischen Verhaltens entgegen zu wirken, muß man um so aufmerksamer und vorsichtiger in der Auswahl der Nahrungsmittel und Getränke sein, als es bekannt ist, daß sie auf die ausscheidende Darmthätigkeit einen entschiedenen Einfluß auszuüben vermögen. Dinge, von denen man aus eigener Erfahrung weiß, daß sie die Darmfunktion träge und daher die

Ausfuhr unzulänglich machen, oder wohl gar Leibesverstopfung verursachen, müssen immer und von allen Kranken in Warmbrunn streng vermieden werden. Nur selten bleibt die für die Regelung des Ernährungsprozesses im gesunden wie im kranken Zustande unbedingt nothwendige Darmausscheidung auch nur einige Zeit erklecklich erschwert und noch weniger unterbrochen, ohne die Grundkrankheit zu verschlimmern und ohne zu veranlassen, daß zu ihr neue Krankheitserscheinungen hinzutreten. Die zurückgehaltenen Darmstoffe belästigen als fremd gewordene Massen die Därme, füllen diese, wenn sie sich stärker angehäuft, übermäßig an, üben alsdann einen unnatürlichen Druck und fremdartigen Reiz auf die Nerven und Blutgefäße des Unterleibes aus, deren Thätigkeitsäußerungen nothwendig hierdurch regelwidrig umgeändert werden müssen. Ist einerseits die derartig zu Stande gekommene Alteration der Unterleibsnerven und ihre leicht geschehende Uebertragung auf die durch Nervenverbindung mit letzteren in Mitleidenschaft (Sympathie) stehenden Nerven des Magens, der Brust und des Gehirns der nächste Grund jener mannigfachen krankhaften Gefühle im Unterleibe, der Verstimmung des Magens, der Beängstigung in der Brust, der Eingenommenheit und Wüstigkeit des Kopfes, welche die gewöhnlichen Begleiter der ungenügenden Darmausleerung und der Leibesverstopfung zu sein pflegen, so ist andererseits die in Folge der Beengung und Reizung der Blutgefäße im Unterleibe entstehende Unordnung der Blutbewegung die Ursache der Congestionen nach edlen Organen, die nicht minder oft jene Störungen der Unterleibsthätigkeit im Gefolge haben. Die zurückbleibenden und sich anhäufenden Darmstoffe beengen aber auch den Raum des Unterleibs im Allgemeinen, so daß die mehr als gewöhnlich angefüllten Därme auch die Nachbarorgane (Leber, Milz, Drüsen) belästigen und in Ausübung ihrer natürlichen Funktion behindern, und geben ferner noch Veranlassung zu krankhafter Luftentwickelung im Unterleibe. Aber noch eine andere sehr wichtige Seite kommt hierbei in Betracht. Bei allen Säftekrankheiten ist es gerade der Unterleib, in welchem vorzugsweise die Krankheitsprodukte abgesondert werden und ihrer Ausführung durch den Darmkanal gewärtig sind. Bei der Zurückhaltung der Stoffe, welche als die Abfälle der Nahrungsmittel zu betrachten sind, bleiben auch diejenigen Stoffe im Körper zurück, welche lediglich die Krankheit zu Stande kommen läßt und mit deren Ausscheidung aus dem Körper die Genesung Hand in Hand geht.

IV. Modificirung der Nahrungsmittel und Getränke nach dem Erregungszustande der Blutgefäße und Nerven. Durch welche Veranlassung auch immer das Blut in Wallung, die Nerven in ungewöhnliche Aufregung versetzt werden, jedes Mal muß, wenn diese Zustände nicht schnell vorüber gehen, und auch dann, wenn sie selbst bei kurzem Bestehen öfter sich wiederholen, eine Modifikation der Nahrung und des Getränks sofort Platz greifen, die zu ihrer baldigen Beschwichtigung und möglichst raschen endlichen Beseitigung beiträgt. Verminderung der, selbst nur dem absoluten Bedarf angemessenen Nahrungsmenge, der zeitweilige Vertausch der stärker nährenden, mehr reizenden und erregenden Fleischkost mit einer minder nahrhaften, das Blut und die Nerven milder stimmenden Nahrung aus dem Pflanzenreiche und die strengste Vermeidung aller erhitzenden und belebend wirkenden Getränke werden aufs Zweckmäßigste gedachte Modifikation ausmachen.

V. Modifikation der Nahrung und Getränke zur Zeit der Kriesen. Wenn ein Krankheitsprozeß seinem Erlöschen nahe gerückt oder im Enden begriffener ist und die gestört gewesenen Lebensthätigkeiten somit wieder freier, unbehinderter und in Harmonie mit den übrigen ihrer Bestimmung gemäß zu walten beginnen, alsdann geht die Ausscheidung der in der Krankheit gebildeten Auswurfsstoffe lebhaft vor sich. Sind diese in größerer Menge vorhanden, so werden die Entleerungen durch die verschiedenen Ausfuhrorgane je nach der Natur der Auswurfsstoffe beträchtlich. Bald mehr durch den Darmkanal, bald mehr durch die Nieren oder die Haut geschieht eine sichtlich verstärkte Entfernung von Stoffen, die nicht nur das gewöhnliche Maaß zu übersteigen pflegen, sondern auch Veränderungen der sonstigen Qualität wahrnehmen lassen, wobei zugleich ein Nachlaß und endliches Verschwinden der Krankheitsgefühle sich einstellt. Wenn letzteres der Fall ist, dann sind jene Ausscheidungen als Krisen zu beurtheilen, denn nicht immer haben verstärkte Ausscheidungen eine kritische Bedeutung. Diese entscheidenden Vorgänge treten nicht immer, doch auch nicht gar selten unter mehr oder weniger stürmischen Erscheinungen auf, die sich in fremdartigen, beängstigenden Empfindungen im Unterleibe, Verstimmung der Verdauungsorgane, Aufregung im Gefäß- und Nervensystem, neben Steigerung der Erscheinungen, welche der eigentlichen Krankheit angehören, sich äußern. Die Heilquellen Warmbrunns vermitteln die sichere und schnellere Beendigung

des Krankheitsprozesses in den verschiedenen Krankheiten, gegen welche sie Anwendung finden, und es kommt oft vor, daß schon während der Kur jene kritischen Bewegungen und Aussonderungen eintreffen. Zu jeder Zeit, mögen sie bald oder später eintreten, verlangen dieselben von Seiten des Kranken die größte Beachtung und das sorgsamste diätetische Verhalten zur Vermeidung alles dessen, was störend in jene Vorgänge eingreifen möchte. Die ganze Lebensweise muß dahin gerichtet sein, die vorhandenen Kräfte der Organe möglichst zu schonen, damit sie der Organismus auf die in ihm vorgehenden Heilbestrebungen verwenden könne. Was die Nahrung betrifft, so muß dieselbe während dieser Epoche der Krankheit mehr als gewöhnlich mild und leicht verdaulich, weniger noch, als sonst, nährend sein und in viel geringerer Menge, als zu anderer Zeit, genossen werden, damit die Verdauungsorgane so wenig als möglich bethätigt bleiben und sowohl das Gefäß- als auch das Nervensystem durch sie die möglichst geringste Anregung erfahren. Ist es der Unterleib, der die kritische Entscheidung vorzugsweise durchführt, dann wähle man besonders solche Speisen und Getränke, von denen es bekannt ist, daß sie eine eröffnende Nebenwirkung haben, damit das Ausleerungsgeschäft des Darms eine Erleichterung erhalte. Das einfachste Getränk, das Wasser, ist hierbei auch das zweckmäßigste. Auch wenn diese kritischen Ausscheidungen, wie häufig, ohne besonderen Aufruhr im Organismus erfolgen, bedarf es der sorgfältigen, eben angedeuteten Regelung der Diät in Betreff des Genusses von Speisen und Getränke. Daß aber auch viele Kranke ohne alle merkliche, die Entscheidung der Krankheit verkündende Erscheinungen angegebener Art, auf allerdings dann langsamerem Wege genesen, ist früher schon erwähnt worden.

Nur organische Substanzen sind nährend. Alle Nahrungsmittel, welche dem Menschen behufs der Entwickelung, Vergrößerung und Massenerhaltung seiner Organe zur Benutzung anheimgegeben, enthalten ohne Ausnahme unter den verschiedenen einfachen organischen Verbindungen, aus denen sie bald mehr bald weniger zusammengesetzt sind, gewisse Grundstoffe, welche auch im Blute, diesem Urquell aller Ernährungserscheinungen, vorhanden sind und seine Hauptbestandtheile ausmachen. Sie sind stickstoffhaltig, und sie vorzüglich sind die Stoffe der Nahrungsmittel, welche bei dem Substanzersatz der Organe des menschlichen Körpers während des Ernährungsaktes zur Verwendung kommen. Diese stickstoffhaltigen Grundstoffe sind Faserstoff, Eiweiß-

stoff und Käsestoff (Kasëin). Gleich in der Zusammensetzung ihrer organischen Elemente unterscheiden sich die drei bezeichneten Stoffe nur von einander durch die verschiedentlich getroffene Anordnung der einzelnen Elemente bei einem jeden derselben. Ihre Beschaffenheit ist in den thierischen wie in den pflanzlichen Nahrungsmitteln in vollkommener Uebereinstimmung. Die übrigen, stickstofflosen einfachen Stoffe der Nahrungsmittel dienen nicht unmittelbar dem Substanzansatz der Organe, müssen aber trotzdem immer in den Nahrungsmitteln vorhanden sein, indem sie vom menschlichen Organismus zu andern nicht minder für sein Fortbestehen nothwendigen und unerläßlichen Lebenszwecken verwendet werden. In den rein thierischen Nahrungsmitteln ist außer dem ihnen beigemischten Wasser nur noch ein einziger stickstofffreier einfacher Körper enthalten, das Fett. In den Nahrungsmitteln aus dem Pflanzenreiche dagegen giebt es deren mehrere; diese sind: Satzmehl, auch Kraftmehl oder Stärkemehl (Amylum), Pflanzenschleim (Gummi), Zucker und Pflanzenfett (Oel). Sie kommen in den verschiedenen Pflanzentheilen, Saamen und Früchten verschiedentlich zusammengesetzt vor, so daß bald der eine, bald der andere (am meisten Kraftmehl) überwiegt, und sind im Allgemeinen gegenüber den Stickstoffverbindungen vorherrschend in ihnen vorhanden. Die angeführten Stoffe sind kohlenstoffhaltige. Auch sie zeigen in der Zusammenstellung ihrer chemischen Elemente eine große Gleichheit unter sich, und ihre Verschiedenheit besteht lediglich in dem nur wenig von einander abweichenden Zahlenverhältniß der Elemente des Wassers. Sie dienen dem Athmungsprozesse, vermöge dessen die in den Körper eingeführten Nahrungsstoffe erst wieder Bestandtheile des Blutes werden können. Keiner jedoch der verschiedenen einfachen Nahrungsstoffe, weder die stickstoffhaltigen, noch viel weniger die stickstofflosen, sind, einzeln genossen, vermögend, das Leben des Menschen zu unterhalten, sondern müssen, was sich selbst auch auf die stickstoffhaltigen unter sich bezieht, immer in Verbindung mit einander, wie sie eben in den Nahrungsmitteln vorkommen, genommen werden, wenn sie ernährend und erhaltend wirken sollen. Aber selbst gewisser unorganischer Stoffe kann der menschliche Organismus zu seiner Existenz nicht entbehren. In seinem Blute sind beständig verschiedene Salze und selbst Eisen in bestimmten Verhältnissen enthalten, die nicht minder zu Lebenszwecken verbraucht werden. Der allweise Schöpfer hat dafür Sorge getragen, daß auch sie in den Nahrungs-

mitteln beider Reiche vorhanden sind und durch diese dem Blute zugeführt werden.

Je mehr und je vorherrschender die verschiedenen Nahrungsmittel im Allgemeinen jene stickstoffhaltigen Grundstoffe enthalten und je mehr ihr organisches Gefüge mit den Stoffzusammensetzungen der Theile des menschlichen Organismus übereinstimmt, desto nährender nicht nur sind sie und in desto größerer Menge enthalten sie in verhältnißmäßig kleinem Volumen solche Bestandtheile, die zu lebendiger Substanz des menschlichen Organismus umgeschaffen werden können, sondern desto leichter auch werden sie von den Verdauungsorganen überwunden, desto vollkommener verdaut. Daher sind im Allgemeinen die Nahrungsmittel aus dem Thierreiche mehr nährend und leichter verdaulich, als die aus dem Pflanzenreiche, und im Vergleich zu letzteren bedarf es von ersteren geringerer Quantitäten, um den Körper zu ernähren. Das jedoch, was in obgedachtem Sinne eigentlich nährt, d. h. Stoff ansetzt, ist in der thierischen und in der Pflanzennahrung ganz gleich. Unter sich aber zeigen die Nahrungsmittel aus beiden Reichen, völlig abgesehen von ihrer Zubereitung, eine große Verschiedenheit ihrer Nahrhaftigkeit und Verdaulichkeit, die wiederum, wie im Allgemeinen, so auch im Besonderen, abhängig ist von der Zusammensetzung der oben genannten einfachen stickstoffhaltigen und stickstofffreien Nahrstoffe, von dem Vorwalten des einen oder des anderen derselben von der leichteren oder schwereren Zersetzbarkeit ihres organischen Gefüges durch die Verdauungsorgane und von den mehr vereinfachten oder mehr verwickelten Mischungsumänderungen, welche das im Magen Zersetzte noch von den bildenden Lebensthätigkeiten zu erfahren hat, um in Bestandtheile des menschlichen Körpers verwandelt zu werden. Daher kommt es denn auch, daß erfahrungsgemäß selbst einzelne Theile der Nahrung abgebenden Thiere und Pflanzen in verschiedentlichem Grade verdaulich und nährend sind. Trotz alle dem ist der Begriff der Leicht- und Schwerverdaulichkeit ein sehr relativer. Im gesunden, wie im kranken Zustande der Menschen ist für den Einen dieses oder jenes Nahrungsmittel leicht verdaulich, was von dem Andern nur schwer verdaut wird, und umgekehrt. Ja selbst der Begriff der Nahrhaftigkeit erweist sich gewissermaßen als vag; denn was den Gesunden kräftig nährt, kann den Kranken verzehren. Es kommt hierbei auf die Individualität des Menschen, auf den Stand der Verdauungs- und Reproduktionskraft und auf Gewohnheit mit an.

Neben den nährenden Eigenschaften, welche die Nahrungsmittel besitzen, und durch die sie in engster und nächster Beziehung zu der Verdauungs- und Bildungsthätigkeit stehen, üben sie auch auf andere Lebensverrichtungen mannigfach ihren Einfluß aus. Manche Nahrungsmittel wirken reizend und erregend auf die Blutgefäße ein und beschleunigen den Blutlauf, andere beschwichtigen die aufgeregte Blutbewegung, ja verlangsamen sie sogar mehr; manche verdicken das Blut, andere verdünnen es; während die einen das Nervenleben steigern, stimmen andere dasselbe mehr herab; einzelne Nahrungsmittel verstärken je nach ihrer Verschiedenheit die Thätigkeit bald des einen bald des anderen Ab- und Ausscheidungs-Organs, und wiederum manche giebt es, welche sie behindern und beschränken. Diese Nebenwirkungen der Nahrungsmittel werden zum großen Theile veranlaßt durch diejenigen in den Nahrungsmitteln enthaltenen Stoffe, welche, trotzdem sie in das Blut eingehen, nichts destoweniger keinen wahren unmittelbaren Antheil an der Substanzbildung der Organe nehmen, sondern vielmehr von den Absonderungswerkzeugen aus dem Blute ausgeschieden werden. Unter anderem sind es die vielen Nahrungsmitteln innewohnenden flüchtigen Oelstoffe, Riechstoffe, Salze und Säuren, welche einen großen Theil jener Nebenwirkungen verursachen.

Die Nahrungsmittel aus dem Thierreiche sind, wie beiläufig schon erwähnt worden, durchweg aus Faserstoff, Eiweißstoff, thierischem Fett, thierischem Extraktivstoff, einigen Salzen und Wasser, also, mit Ausnahme des Fettes und der unorganischen Bestandtheile, aus lauter stickstoffhaltigen einfachen Substanzen zusammengesetzt, weshalb sie auch am stärksten und kräftigsten nähren. Die thierische Nahrung, hauptsächlich aber die Fleischnahrung, erhöht im Allgemeinen die Bildkraft des Blutes, steigert dessen Gerinnbarkeit, verstärkt seine Bewegung und vermehrt die Reizbarkeit der Nerven. Vorherrschend und reichlich genossen, disponirt sie daher zu Vollsaftigkeit, Blutwallungen und entzündlichen Krankheiten, wenn ihr nicht eine entsprechende anderweitige Lebensweise, mit welcher eine die Kräfte in Anspruch nehmende Thätigkeit verbunden ist, entgegen gestellt wird. Das wichtigste und gebräuchlichste thierische Nahrungsmittel ist das Fleisch. Der Mensch bedient sich des Fleisches der verschiedensten Thiergattungen als Speise, wodurch die Fleischnahrung keine geringe Mannigfaltigkeit darbietet. Nicht in allen Fleischarten sind die genannten einfachen Stoffe, aus denen sie zusammengesetzt sind, in gleicher Menge und in gleichen Verhältnissen gegeben, aus welchem Grunde auch deren Nahr-

haftigkeit, Verdaulichkeit und Nebenwirkungen nicht bei allen gleich ist. Im Allgemeinen aber kommt die Fleischnahrung in Form und Mischung den Gebilden des menschlichen Organismus so sehr nahe, daß der Zersetzungsprozeß ihres organischen Gefüges in den Verdauungsorganen gar keinen Schwierigkeiten unterliegt und die weitere Umwandlung des Zersetzten in Blut ohne fernere erhebliche Umänderungen von Statten geht.

Unter den thierischen Nahrungsmitteln, die im Allgemeinen in den langwierigen Krankheiten, gegen welche die Mineralquellen Warmbrunns als Heilmittel dienen, genossen werden dürfen, ist das Fleisch junger zahmer Tauben und Hühner, so wie das der Lämmer und Kälber, weil es am zartesten und weichsten sich erweist, mehr Eiweiß- als Faserstoff enthält und in verhältnißmäßig geringerem Maaße den gewürzhaft und scharf schmeckenden Extraktivstoff des Fleisches (Osmazom) besitzt, bei leichter Verdaulichkeit am mäßigsten nährend und am wenigsten reizend. Schon kräftiger nährend, schon mehr reizend, obgleich leicht verdaulich, ist das saftige, junge, doch reife und von Fett befreite Hammel- und Rinderfleisch. In gleichem Grade nährend und verdaulich ist das Fleisch des jungen Rothwildes und niederen Wildes: der Rehe, Hirsche, Hasen; doch enthalten diese Fleischarten von dunkelgefärbtem Aussehen mehr Faserstoff und Osmazom und wirken daher reizender und erregender als die vorgenannten. Auf derselben Stufe der Nahrhaftigkeit, Verdaulichkeit und Reizungsfähigkeit steht mit letzteren im Allgemeinen das Fleisch des jungen wilden Landgeflügels: des Fasans, Rebhuhns, Haselhuhns u. s. w. Schon an der Gränze der schwerverdaulichen Fleischarten steht das Fleisch junger zahmer Enten, obgleich es eben nicht gerade auch kräftig nährend ist.

Zu den sehr kräftig nährenden, schwer zu verdauenden und stärker reizenden und darob in den beregten Krankheiten streng zu vermeidenden thierischen Nahrungsmitteln gehört das fast durchweg mit zu vielem Fett durchzogene und osmazomreiche Fleisch des zahmen sowohl, wie des wilden Schweines, das Fleisch der zahmen Gänse, besonders der gemästeten und der sogenannten Stopfgänse, welches minder kräftig nährend und dabei sehr schwer verdaulich ist, und das hartfaserige und mit thranigem Fett durchtränkte, an Osmazom reiche Fleisch des Wasser- und noch mehr des Sumpfgeflügels, welches deshalb eben so schwer verdaut wird, als es wenig kräftig nährt und stark erhitzt.

Das Fleisch der kaltes Blut führenden Fische ist im All-

gemeinen nicht so leicht zu verdauen, als man wohl zu glauben pflegt, und nährt und reizt aber auch im Ganzen viel weniger als das Fleisch warmblütiger Thiere. Der Grund dafür liegt darin, daß das organische Gefüge des Fischfleisches schon der Organisation des menschlichen Körpers mehr entrückt ist; es bedarf daher dasselbe von Seiten des letzteren schon einer durchgreifenderen Mischungsumänderung, um es sich anzueignen. Obgleich im Fleisch der Fische der Eiweißstoff vorherrscht, enthält dasselbe im Vergleich zu dem Fleische warmblütiger Thiere im Ganzen dennoch eben so viel weniger Eiweißstoff, als Faserstoff; hingegen sind ihm ölig-fette Stoffe in nicht geringer Menge und viele wässrige Bestandtheile beigemischt, während es nur wenig Osmazom in sich birgt.

Die Forelle ist eine der leichtverdaulichen Fischarten. Ihr zartes Fleisch ist ziemlich nahrhaft und wohlschmeckend. Dieser Fisch eignet sich am allerbesten für die an den Heilquellen Warmbrunns weilenden Kranken. Auch die Hechte und Barsche haben ein ziemlich nahrhaftes und schmackhaftes Fleisch. Zwar nur wenig Fettigkeit enthaltend, hat dasselbe doch eine schon härtere Faser und ist daher nicht mehr in dem Grade leicht verdaulich, wie das Fleisch der Forellen. Frischer junger Lachs ist fettreicher und erfordert daher schon eine sehr gute Verdauung. Nochmehr gilt dies von den selbst nicht zu fetten Karpfenarten, die daher schon mehr vermieden werden müssen. Sehr schwer verdaulich und deshalb dem Genusse der Kranken in Warmbrunn ganz untersagt ist das schleimige, mit vielem öligen Fett durchtränkte Fleisch der Aale und anderer Schlammfische: der Schleihen, Aalraupen u.s.w., der ölig-fetten Karpfen aus sumpfigen Teichen und des Stockfisches.

Die Krebse haben ein hartes, weißes, viel Gallert gebendes, schwer zu verdauendes Fleisch und dürfen in den bezeichneten Krankheiten nicht genossen werden. In dem Krebsroth ist übrigens auch ein eigenthümlich riechender und schmeckender harziger, reizender Stoff enthalten.

Eier und Milch, als thierische Produkte, sind noch der obigen Klasse der Nahrungsmittel beizuzählen, stehen aber schon auf der äußersten Grenze der thierischen Nahrungsmittel.

Frische Eier, weich gesotten, geben ein stark nährendes, aber leicht verdauliches und fast gar nicht reizendes Nahrungsmittel ab. Durchs Kochen werden die Eier durch starke Verdichtung des Eiweißstoffes hart und dürfen alsdann wegen ihrer bedeutenden Schwerverdaulichkeit von den Kranken durchaus nicht genossen werden.

Die Milch der Kühe, welche vorzugsweise als Nahrungsmittel dient, ist eben so mild nährend als leicht verdaulich. An Einfachheit, und sanfter, kaum erregender Einwirkung auf die Verdauungsorgane steht dies Nahrungsmittel den meisten andern voran. Es schafft ein mildes Blut, besänftigt die Nerven und wirkt im Allgemeinen erquickend und erfrischend, ohne im mindesten zu erregen. Die Milch besteht ihren Hauptbestandtheilen nach, wie früher schon erwähnt, aus dem stickstoffhaltigen Körper, dem Käsestoff, dessen Eigenschaften denen des Faser- und Eiweißstoffes gleich kommen, aus einigen Fettarten (Butter) und aus Milchzucker. Der beim Stehen der Milch auf deren Oberfläche sich bildende süße Rahm erfordert wegen seines stärkeren Käsestoff- und Buttergehalts schon sehr gute Verdauungskräfte, daher dessen Genuß in den benamten Krankheiten ganz aufgegeben werden muß. So sehr aber die Milch im Allgemeinen als Nahrungsmittel hier hervorgehoben ist, so gewiß auch steht es fest, daß sie nicht allen unseren Kranken zu genießen gestattet werden darf. Bei leichter Geneigtheit zu Säurebildung, Erschlaffung und gesunkener Reizbarkeit des Magens und Darmkanals, bei Neigung zu Luftentwickelung in den Därmen (Blähungen) und Durchfällen, bei vorherrschender, in der Körperkonstitution begründeter Schleimerzeugung muß der Genuß der Milch ganz unterbleiben, weil letztere alsdann alle jene Zustände verschlimmert.

Die Nahrungsmittel aus dem Pflanzenreiche sind groß an Zahl und reich an Mannigfaltigkeit. Der Stickstoffgehalt, der Maaßstab für die Nahrhaftigkeit und Kräftigkeit der Nahrungsmittel, tritt bei ihnen schon mehr zurück, und die kohlenstoffhaltigen Bestandtheile gewinnen die Oberhand; sie nähren daher, wie schon oben angedeutet worden, im Allgemeinen weniger und minder kräftig als die thierischen Nahrungsmittel. Dienen sie dem Menschen vorherrschend als Nahrung, so wird wegen ihres Uebergewichts an Kohlenstoff mehr der Ansatz von Fett- als von Muskel-Substanz begünstigt. Was bei ihnen aber hauptsächlich in Betracht gezogen werden muß, ist der Umstand, daß die organische Substanz der nährenden Pflanzen schon außer aller näheren Verwandtschaft mit der des menschlichen Körpers steht. Um daher in dessen Lebenskreis Eingang und Aufnahme zu finden, bedarf dieselbe von dem Zersetzungsprozesse an, den sie durch die Verdauungswerkzeuge zum Aufgeben ihrer fremdartigen Mischung und Form erleiden muß, bis zur Blutwerdung und zum endlichen Uebergang in lebendigen Stoff mehrfacher und viel durchgreifenderer Umwandlungsvorgänge als die thierische Nahrsubstanz zu gleichem Zwecke.

Nicht, wie die thierischen Nahrungsmittel, sind überhaupt auch die aus dem Pflanzenreiche durchweg in allen ihren Theilen durch die Verdauungsorgane zerlegbar und lösungsfähig; das holzfaserige Zellgewebe, zwischen welchem die nährenden Stoffe der Pflanzen eingelagert sich befinden, die Hülsen und die äußerst zarte, hautartige Umgebung der Pflanzenzellen, die mit der Pflanzennahrung in die Verdauungswege kommen, sind der Verdauung völlig unzugänglich und werden als Ballast unverändert mit dem Darmkoth ausgeführt. Schon hierdurch müssen die Pflanzennahrungsmittel im Allgemeinen schwerverdaulicher werden, als die thierischen Nahrungsmittel, ganz abgesehen von den Eigenschaften, welche einen bestimmenden Einfluß auf den Grad der Verdaulichkeit der ersteren unter sich selbst ausüben. — Vermöge ihrer verwickelteren und verschiedenartigeren Zusammensetzung aus theils stickstoffhaltigen und solchen kohlenstoffhaltigen organischen Stoffen, die in den thierischen Nahrungsmitteln nicht vorkommen, theils unorganischen Substanzen, welche, wie manche in ihnen enthaltenen Salze und Säuren, gleichfalls letzteren abgehen, sind deren Nebenwirkungen weit mannigfaltiger, als diejenigen der Nahrungsmittel als dem Thierreiche. So wirken alle pflanzlichen Nahrungsmittel, denen flüchtige ätherische Oelstoffe beigemengt sind, reizend und erregend auf die Blutgefäße; solche hingegen, welchen scharfe ätherische Oelstoffe, flüchtige Riechstoffe beigegeben sind, bethätigen und steigern die Lungen- und Haut-Ausdünstung; andere, welche viele fettige Oelstoffe und ein bitteres Prinzip besitzen, wirken auf die Leber und verstärken die Gallenabsonderung; enthalten Pflanzennahrungsmittel viel Salze und Säuren, so ist ihre Wirkung auf die Nieren gerichtet, sie erhöhen ihre Thätigkeit, und die Harnabsonderung wird verstärkt; machen Pflanzenschleim und Zucker ihre Hauptbestandtheile aus, so üben sie einen Einfluß auf die Schleimhäute aus, indem sie deren Absonderungsfunktion mehr bethätigen und zugleich auch den Schleim lösen. Man wird hieraus entnehmen können, von welch großer Bedeutung und Wichtigkeit ihre richtige Benutzung ist in langwierigen Krankheiten im Allgemeinen und den für die Heilquellen Warmbrunns geeigneten insbesondere.

Die Gemüse bilden eine ansehnliche Abtheilung der Pflanzennahrungsmittel, die häufig in Gebrauch gezogen werden. Im Allgemeinen enthalten die Gemüsepflanzen neben ihren nährenden Bestandtheilen in verschiedentlicher Menge zugleich viele Säueren, Salze und andere unorganische Substanzen, durch welche sie verdünnend auf das Blut einwirken

und eine besondere Beziehung zum Darmkanal erhalten. Sie vermögen dessen Absonderungsthätigkeit abzuändern; meist steigern sie diese mehr oder weniger und begünstigen bald in geringerem, bald im größerem Maaße die Entwickelung von Gasen im Darmkanale, weshalb sie auch bei Vielen, besonders Solchen, deren Verdauungsorgane reizbar und empfindlich sind, so leicht Blähungen erzeugen. Manche besitzen eine harntreibende Kraft.

Unter den kräuterartigen Gemüsen giebt es deren nur wenige, welche die Kranken in Warmbrunn genießen dürfen. Zu den erlaubten gehören der Spinat. Er enthält grünes Satzmehl (Pflanzenfaserstoff) in geringer Menge, Pflanzenschleim und viele Salze, ist wenig nährend, leicht verdaulich, ohne alle reizende Nebenwirkung und wird von den Meisten gut vertragen. Nur wenn die Thätigkeit der Verdauungsorgane zu sehr darnieder liegt, darf er seiner mehr erschlaffenden Wirkung wegen nicht genossen werden. Ferner der junge Blumenkohl. Auch dies Gemüse gehört zu den leicht verdaulichen, nur wenig nährenden und nicht reizenden, erzeugt aber schon leichter Blähungen. In ihm sind enthalten Pflanzeneiweiß, gelbbrauner Farbestoff, Pflanzenschleim, ein harziger Stoff, eine fettartige Substanz, Aepfelsäuere, verschiedene Salze und viel Wasser.

Verboten sind aus dieser Klasse der Gemüse alle Kohlarten mit Ausnahme des eben genannten Blumenkohls. Sie enthalten alle in ziemlicher Menge stickstoffhaltige Bestandtheile (Pflanzeneiweiß, Pflanzenfaserstoff), Pflanzenschleim, harzige Stoffe, Essigsäuere, viele und verschiedenartige Salze, Eisen und Mangan. Ihre Nahrhaftigkeit ist schon etwas größer, sie werden aber schwerer verdaut, bewirken viel Luftentwickelung in den Därmen und blähen daher in hohem Grade. Der grüne Blätter-Sallat. Er enthält, wie die ihm verwandten Arten, wenn er ausgewachsen ist, einen milchigen, bitter schmeckenden und etwas zusammenziehenden, narkotisch wirkenden Saft, ferner Bitterstoff, Harz, Gummi, freie Säueren, manche Salze und Kalk. Nicht völlig reif, wie er gegessen zu werden pflegt, ist der bezeichnete Saft noch unvollkommen ausgebildet. Der Sallat ist wenig nährend, ist auch nicht gerade schwer verdaulich, muß aber schon seiner gewöhnlichen Zubereitung wegen vermieden werden. Die Garten- und Brunnenkresse und die Rapunze. Sie enthalten ein scharfes flüchtiges Oel. Der Sauerampher. Dieser enthält grünes Satzmehl, einen zusammenziehenden Stoff, Sauerkleesäuere und viele Salze. Er ist etwas mehr nährend, nicht aber ganz leicht verdaulich und verursacht saueres Aufstoßen.

Unter den Wurzelgewächsen, welche als Nahrungsmittel dienen, sind es besonders die Rübenarten, welche in der Regel als Zugemüse häufig benutzt zu werden pflegen. Im Allgemeinen sind alle Rübenarten ziemlich reich an Pflanzeneiweiß, Kraftmehl (Amylam), Pflanzenschleim, Schleimzucker, enthalten außerdem noch verschiedene Salze und ein scharfes gewürzhaftes Prinzip, welches in einem flüchtigen Oel und einem bittern harzigen Stoff besteht. Sie sind daher meist nicht unerheblich und leicht nährend, nur wenige jedoch zugleich leicht verdaulich, die meisten aber mehr oder weniger blähend.

Den Kranken in Warmbrunn zu genießen erlaubt sind die gelben Rüben (Mohrrüben), ganz besonders die jungen. Wegen ihres reichen Gehaltes an Eiweiß, Schleimzucker und Kraftmehl gehören sie zu den in nicht geringem Maaße nährenden Nahrungsmitteln, werden leicht verdaut, was vorzüglich von den jungen Mohrrüben gilt, und man kann ihnen eine auflösende, eröffnende Wirkung zugestehen. Bei häufigerem Genuß erschlaffen sie leicht die Verdauungsorgane. Die jungen Oberrüben verlangen schon eine gute Verdauung und entwickeln leichter Blähungen. Noch mehr gilt dies von den jungen teltower Rübchen.

Zu genießen untersagt sind die weißen Rüben, die Wasserrüben, die Stockrüben. Sie enthalten zwar in beträchtlicher Menge nährende Stoffe, sind aber schwer zu verdauen und bewirken leicht und stark Blähungen. Sie wirken außerdem auch erregend vermöge eines in ihnen vorhandenen beträchtlich scharfen Prinzips. Streng zu vermeiden sind ferner alle Rettigarten ohne Ausnahme, sie blähen sehr stark und erregen nicht unbedeutend durch ihren reichen Gehalt an flüchtigem Oel und scharfen Stoffen.

Zu den Nahrungsmitteln unter den Wurzelgewächsen gehört auch der Spargel. Eiweiß, Schleimzucker, Pflanzenschleim, Holzfaser, ein eigenthümliches Harz, ein besonderer Stoff, der Asparagin genannt wird, mehrere Salze und Kalk und etwas Eisen machen seine Bestandtheile aus. Der Spargel ist leicht verdaulich, besitzt nicht viele nährende Bestandtheile und verstärkt die Absonderung des Harns, der durch ihn einen eigenthümlichen widerlichen Geruch annimmt. Der mäßige Genuß des Spargels kann zugegeben werden; man will jedoch beobachtet haben, daß er Gichtanfälle und den Fluß der Hämorrhoiden und Menstruation verstärkt.

Unter den Wurzelknollen sind es die Kartoffeln, die als Nahrungsmittel eine große Allgemeinheit erlangt haben. Ihr vorherr=

schender, in reicher Menge vorhandener Bestandtheil ist Kraftmehl (Amylum); außerdem enthalten sie Eiweißstoff, Zucker, Pflanzenschleim (Gummi), eine bitterharzige Substanz, freie Citronensäure, verschiedene Salze, etwas Kieselerde, Eisen und Wasser. Die Kartoffel ist zwar ein stark, aber nicht eben auch kräftig nährendes Nahrungsmittel. Bei zu häufigem, anhaltendem Genuß, und zumal wenn sie als vorherrschende Nahrung dienen, erzeugen sie rohe Säfte, befördern mehr die Fett- als die Muskelsubstanz-Bildung und steigern die Schleimabsonderung. Der mäßige, nicht häufige Genuß der Kartoffeln ist im Allgemeinen den Kranken in Warmbrunn wohl gestattet. Sie sind, mäßig genossen und zweckmäßig zubereitet, leicht verdaulich; dem ist jedoch nicht so, wenn die Thätigkeit der Verdauungsorgane nicht kräftig genug ist. Bei Schwäche der Verdauungswerkzeuge müssen sie ganz vermieden werden. Ein Haupterforderniß, daß der Genuß der Kartoffeln wohl bekomme, ist ihre völlige Reife. Die unreifen Kartoffeln sind stark wasserhaltig, ihr Kraftmehlgehalt ist nur gering, und des Eiweißes und Gummis entbehren sie fast ganz. In diesem Zustande sind die Kartoffeln überaus schwer zu verdauen, erzeugen Säuere im Magen und bewirken Sodbrennen, Druck im Magen, Uebelkeiten, Erbrechen und Kopfschmerzen. Es bedarf daher keiner weiteren Erörterung, daß alle Kranken in Warmbrunn den Genuß nicht völlig reifer Kartoffeln in hohem Grade zu fürchten haben.

Die Früchte, deren Reichhaltigkeit und Mannigfaltigkeit so sehr bedeutend ist, bieten dem Menschen ein weites Gebiet für den Genuß. Am häufigsten werden die saft- und fleischreichen Obstarten genossen. Die Aepfel, Birnen, Pfirsichen, Aprikosen, Pflaumen, Kirschen und die beerenartigen Früchte, sie alle enthalten in bald größerer, bald geringerer Menge Kraftmehl, Zuckerstoff, Pflanzengallert, Gummi, einen kleber- (pflanzenfaserstoff-) haltigen Stoff, verschiedene Arome, verschiedene Säuren (worunter Aepfelsäure) und Salze und Wasser. Sie sind die am wenigsten nährenden Nahrungsmittel, wirken erquickend und erfrischend, verdünnen das Blut, verlangsamen dessen raschere Zirkulation und besitzen eine auflösende, leicht abführende Kraft. Obgleich im Allgemeinen nicht gerade schwer verdaulich, werden sie doch bei empfindlichem, reizbarem Magen und Darmkanal nicht gut vertragen, verursachen Beschwerden im Magen, Luftentwickelung in den Därmen und Kolik. Manchem Kranken in Warmbrunn würde der Genuß des reifen, rohen Obstes, von dem allein vorläufig hier die Rede ist, seiner Krankheit wegen gestattet sein; allein die Rücksicht

auf die Kur, auf welche später zurückgekommen werden wird, macht es nöthig, als Regel hinzustellen, daß, mit Ausnahme der reifen rothen Erdbeeren und etwa noch der süßen Kirschen sowie der ganz süßen, reifen Weintrauben, alle Kranke in Warmbrunn und ganz besonders diejenigen, die mit den Bädern das Trinken des warmbrunner Schwefelwassers oder eines andern Mineralbrunnens oder der Molken verbinden, den Genuß des rohen Obstes zu vermeiden haben.

Die viel Zuckerstoff, Pflanzenschleim, ein feines Aroma, Aepfelsäure und einige Salze enthaltenden rothen Erdbeeren wirken roh, mit Zucker gemischt, kühlend, erquickend, auflösend und werden von den meisten, der Kur in Warmbrunn sich Unterziehenden gut vertragen. Für gewöhnlich pflegt man sie der obgedachten Wirkung wegen bei langwierigen Krankheiten, welche mit Stockungen im Unterleibe und Abweichungen der Gallenbereitung verlaufen, zu empfehlen. Die süßen Kirschen haben viel Zuckerstoff und weniger Säuren, sind aber nicht ganz leicht zu verdauen. Die süßen reifen Weintrauben, wenn man die dickhäutigen Hülsen und Körner nicht mit verschluckt, werden, mäßig genossen, leicht verdaut und bekommen in der Regel gut. Sie wirken kühlend und auflösend. Schwer zu verdauen und daher zu vermeiden sind die als Rosinen bekannten getrockneten Trauben.

Unter den südlichen Obstfrüchten möchten bei ungeschwächter Verdauung die Datteln und Feigen sowohl im getrockneten Zustande als frisch zu genießen erlaubt sein. Beide Fruchtarten enthalten Eiweiß, Pflanzenschleim und haben reichen Zuckergehalt, sind nicht unerheblich, doch mild nährend und ziemlich leicht verdaulich; sie wirken beruhigend, besänftigend. Die Apfelsinen mit Zucker genossen beschweren kaum die Verdauungswerkzeuge und werden leicht verdaut. Sie enthalten eine milde Säure, wirken kühlend und erfrischend und dürfen unter Umständen von manchem Kranken in Warmbrunn genossen werden. Dasselbe gilt von der so überaus wohlschmeckenden Ananas.

Untersagt ist der Genuß der bittern Pomeranzen und Citronen. Sie besitzen ein flüchtiges, wohlriechendes Oel und ihr Saft besteht aus Wasser, Gummi, einem bittern Stoff, Aepfelsäuere und Citronensäuere. Sie verursachen leicht Magenbeschwerden und Säurebildung in den Verdauungswegen.

Die Kürbisfrüchte: die verschiedengattigen Melonen, die Gurken, sind gleichfalls den Kranken in Warmbrunn zu genießen

nicht gestattet. Das breiartige, viel Wasser, viel Zuckerstoff, Gummi, verseifbare Fettigkeit, eine stickstoffhaltige Substanz, einen gewürzhaften Stoff, Farbstoff, Eiweißstoff, Kraftmehl, freie Säure, einige Salze und viel Wasser enthaltende, süß- oder schwach säuerlich schmeckende Fleisch der ersteren ist schwer zu verdauen und verursacht leicht Verdauungsbeschwerden. Dasselbe gilt von den Gurken. Sie bestehen aus Eiweißstoff in geringer Menge, zuckerhaltigen Theilen mit Extraktivstoff, Pflanzenschleim mit freier Phosphorsäure, einem eigenthümlichen Riechstoff, Blattgrün, verschiedene Salze, etwas phosphorsauren Kalk und Eisen. Der ausgepreßte reine Saft der rohen Gurken pflegt Brustkranken empfohlen zu werden.

Alle in einem Kern eingeschlossenen öligen Saamen, die genossen zu werden pflegen: die verschiedenen Nußarten, die Mandeln, müssen unsere Kranken vermeiden. Sie sind reich an Eiweißstoff, besitzen außerdem Schleimzucker, viele fettige Bestandtheile, worunter ein flüchtiges Oel sich befindet, Gummi, Holzfaser und etwas Wasser. Sie nähren ziemlich stark, sind aber, besonders die Nüsse, schwer verdaulich, wirken erhitzend und halten die Darmausleerung an. Die bittern Mandeln sind blausäurehaltig.

Die Hülsenfrüchte sind, mit alleiniger Ausnahme der jungen grünen Erbsen, weniger schon der jungen grünen Bohnen, zu genießen verboten. Alle trockenen Hülsenfrüchte sind reich an Stickstoffgehalt. Pflanzenfaserstoff ist in den Linsen am reichsten enthalten. In geringerer Menge, doch nicht eben wenig, besitzen die Hülsenfrüchte Pflanzeneiweiß. In ihnen ist außer diesen vorhanden viel Kraftmehl, besonders reich in den Erbsen und Bohnen, ferner Holzfaser mit Kraftmehl vermischt, Gummi, am reichhaltigsten in den Erbsen, extraktiver Bitterstoff, vorzüglich in den Erbsen und Bohnen, Gerbestoff, hauptsächlich in den Linsen, grünes Oel nur in den Linsen, verschiedene Salze und etwas Eisen. Die trockenen Hülsenfrüchte sind stark nährende, schwer verdauliche, erregend wirkende Nahrungsmittel. Sie verursachen in bedeutendem Grade Blähungen und veranlassen zu leicht Leibesverstopfung.

Die Getreidearten bieten bekanntlich eine der wichtigsten Abtheilungen der Nahrungsmittel dar. In ihnen sind stickstoffhaltige, nährende Stoffe in reichem Maaße vorhanden, doch sind die nährenden Bestandtheile, wie die übrigen Stoffe, aus denen sie zusammengesetzt sind, nicht bei allen gleich. Ihre Hauptbestandtheile sind grünes Satzmehl

(Pflanzenfaserstoff), im sogenannten Kleber enthalten, und Kraftmehl (Amylum); außer diesen machen noch Pflanzeneiweiß, Schleimzucker, Gummi, harzige Stoffe, fettige, talgartige Substanzen und Salze ihre Zusammensetzung aus. Die Getreidearten gehören durchweg zu den stark nährenden und wenig erregenden Nahrungsmitteln. Mit vorläufiger Uebergehung des aus dem Mehl der Getreidearten zubereiteten Brotes und anderer Speisen sollen hier die durch besondere Vorrichtung in einen veränderten Zustand gebrachten und alsdann erst als Nahrung benutzten Getreidearten in Betracht gezogen werden.

Die Graupen werden von verschiedenen Gerstearten durch Befreiung derselben von ihrer Schaale gewonnen. Sie geben, als Suppen zubereitet, eine leicht nährende, einhüllende, besänftigende, leicht verdauliche Nahrung, besonders wenn sie in Fleischbrühe oder in Milch gekocht werden.

Die Hafergrütze wird auf ähnliche Weise aus dem Hafer bereitet und auf ähnliche Art wie die Graupe als Nahrung benutzt. Sie nährt mild und erregt gar nicht, verursacht aber leicht Säurebildung in den Verdauungswegen, wenn die Verdauungskräfte gelitten haben, und muß daher unter solchen Umständen vermieden werden.

Der Gries, von mehreren Waizenarten gewonnen, ist ein stark nährendes, ziemlich leicht verdauliches Nahrungsmittel; am besten bekommt der Gries in der Fleischbrühe; zu derbem Brei gekocht und öfter genossen, verzögert er leicht die Darmausleerung.

Der Reis ist reich an Pflanzenfaserstoff, hat am meisten Kraftmehl, viel Schleimzucker, einen fetten talgartigen Stoff und Salze; er nährt stark und wird in der Regel gut verdaut. Auch der Reis pflegt die Kothausscheidung etwas anzuhalten.

Hirse und Buchwaizen sind zwar gleichfalls sehr nährende Nahrungsmittel, jedoch schwerer zu verdauen und müssen vermieden werden.

Aus dem Stamme mehrerer Palmenarten wird das Mark, welches in getrocknetem Zustande als Sago bekannt ist, gewonnen. Der Sago enthält Kraftmehl in großer Menge, ist ziemlich stark nährend und leicht verdaulich.

Die Schwammgewächse, Pilze, enthalten manche Gattungen, die als Nahrungsmittel benutzt werden. Die Pilze sind stark nährend, aber überaus schwer verdaulich und dürfen von den Kranken in Warmbrunn nicht genossen werden. Außer einer eigenthümlichen Substanz, aus der sie hauptsächlich bestehen und den man Fungin genannt hat, enthalten sie viel Eiweißstoff, Osmazom, einen eigenthümlichen thierischen Stoff, eine eigene

Art Zucker (Schwammzucker), braunes fettes Oel, ein wallrathähnliches Fett, Wachs, eine eigene Säure (Schwammsäure) und mehrere Salze.

Gewisse Gewächse, deren zu Speisen benutzte Wurzeln außer andern Bestandtheilen sich besonders durch ihren starken Gehalt an einem scharfen, flüchtigen Oel auszeichnen, stehen in der Mitte zwischen Nahrungsmitteln und Gewürzen und bilden den Uebergang zu letztern. Es sind dies die Zwiebeln und der Knoblauch. Dieselben enthalten Eiweißstoff, Schleimzucker, Gummi, Holzfaser, Phosphorsäure, Essigsäure, phosphorsauren und citronensauren Kalk und Schwefel und ein scharfes flüchtiges Oel in erheblicher Menge. In beiden Laucharten befinden sich in nicht unbedeutendem Maaße nährende Stoffe; sie sind aber schwer zu verdauen, veranlassen Blähungen und Aufstoßen, üben eine erregende, reizende Wirkung aus auf die Verdauungswerkzeuge, die Blutgefäße und Nerven und verstärken die Harnabsonderung und die Haut- und Lungenausdünstung. Roh, wie gekocht und geschmort, ist ihr Genuß allen Kranken in Warmbrunn streng untersagt.

Die Gewürze werden den verschiedentlich zubereiteten Speisen, den thierischen wie den Pflanzenspeisen, als Zusätze zugethan, um sie verdaulicher und schmackhafter zu machen. Die allgemeinste und am wenigsten zu entbehrende Würze ist das Salz. Mäßig den Nahrungsmitteln zugesetzt, befördert es deren Verdaulichkeit, indem es einen gelinden Reiz auf die Verdauungsorgane ausübt, und erhöht ihre Schmackhaftigkeit. In unangemessener Menge den Speisen beigemischt bewirkt das Salz eine zu starke Reizung der Verdauungsorgane, in Folge dessen eine beträchtliche Steigerung ihrer Absonderungsthätigkeit und stärkerer Durst sich einstellen. Bei großer Reizbarkeit der Verdauungsorgane und in all den für die Heilquellen Warmbrunns geeigneten Krankheiten, in denen sich sogenannte Schärfen leicht erzeugen, muß der Beisatz des Salzes zu den Nahrungsmitteln nur sehr mäßig sein. — Die in der Regel zur Würze der Brühen in Gebrauch stehenden aromatischen Wurzeln der Petersilie, des Pastinaks, Seleries u. a. bringen keinen Nachtheil, indem sie nur wenig flüchtiges gewürzhaftes Oel enthalten und daher auch nur wenig reizende Wirkungen nach sich ziehen. — Der Senf, wie er gewöhnlich zubereitet wird, wenn er nicht zu scharf ist und nicht zu viel Säure enthält, darf von den Kranken in Warmbrunn, besonders solchen, die an Schwäche der Verdauung und Verschleimung leiden, mäßig, doch nicht oft genossen werden. Zu empfehlen ist der Zusatz von Zucker, um den Senf milder zu machen. Sind die Verdauungsorgane sehr empfindlich und krankhaft ge=

reizt, so muß der Genuß des Senfes ganz unterbleiben. In größerer Menge genossen, ist der Senf als ein zu starker Reiz für die Verdauungswerkzeuge von schädlicher Wirkung, indem leicht Ueberreizung derselben erfolgt; denn der Senf enthält außer Eiweißstoff, Gummi, etwas Schwefel, einigen Salzen und einer eigenthümlichen Säure, auch ein scharfes flüchtiges Oel in nicht ganz geringer Menge. — Alle übrigen aus den heißen Länderstrichen zu uns kommenden und häufig als Zusätze zu Speisen gebrauchten Gewürze: die Pfefferarten, die Gewürznelken, Muskatennuß, Muskatenblüthe, Ingwer, Zimmt, Vanille, Safran müssen von unseren Kranken vermieden werden. Durch ihren reichen Gehalt an flüchtigem scharfem aromatischem Oel sowie durch die in vielen derselben enthaltenen scharfen harzigen Bestandtheile wirken sie stark erhitzend, erregen sie die Blutgefäße und reizen die Nerven in bedeutendem Grade, verstärken die Absonderung aller Verdauungssäfte mit Inbegriff der Galle in zu großem Maaße und stören leicht die Verdauung durch Ueberreizung der bei derselben thätigen Organe. Manche unter ihnen, wie der Zimmt, die Muskatennuß und Muskatenblüthe, halten zugleich den Stuhl an. Die blutreichen, zu Blutwallungen geneigten und die mit einem leicht reizbaren Nervensystem begabten Kranken müssen sich ganz besonders vor dem Genuß dieser Gewürze hüten.

Säuren: der Wein-, Bier-, Obst-, Essig, die Citronensäure, werden ebenfalls den Nahrungsmitteln zugesetzt, um dieselben schmackhafter zu machen. Manche Speisen werden sogar durch die Zubereitung mit Essig leichter verdaulich, wie denn überhaupt der Essig mäßig genossen die Verdauungsthätigkeit unterstützt und neben seiner erfrischenden, kühlenden, die raschere Blutzirkulation und die regelwidrig vermehrte Gallenabsonderung mäßigenden Wirkung noch die Eigenschaft besitzt, den in den Nahrungsmitteln enthaltenen Eiweiß- und Faserstoff aufzulösen. Alle Säuren besitzen aber auch die Eigenschaft, den Farbestoff im Blute zu zerstören; daher nach vielem Genuß von Säuren Bläße der Gesichtsfarbe und der ganzen Haut entsteht. In Krankheiten, die eine Armuth des Blutfarbestoffes verrathen, werden natürlich alle Säuren streng zu vermeiden sein. Eben so wird von ihrem Genuß abgestanden werden müssen in allen Krankheiten, in denen eine krankhafte Säurebildung im Blute nachgewiesen worden, und nicht minder in allen Fällen, wo eine Geneigtheit zu Säure-Erzeugung in den Verdauungsorganen sich kund giebt. Der zuerst angeführten Wirkungen wegen möchten säuerlich zubereitete Nahrungsmittel manchem Kranken in

Warmbrunn zu genießen wohl gestattet sein; allein die Kur verbietet aus später anzugebenden Gründen allen ohne Ausnahme den Genuß der Säuren.

Die thierischen Fette und die Pflanzenfette (Oele), welche als geschmackverbessernde Zusätze bei Zubereitung der Nahrungsmittel benutzt zu werden pflegen, sind schwer zu verdauen und verursachen, wenn die Verdauung nicht kräftig ist, gar leicht Magenverderbniß, Sodbrennen, Luftentwickelung in den Därmen, Kolik und manche andere Uebelstände. Selbst die milderen Fettarten: die Butter, das Olivenöl, das Baumöl, müssen, weil auch sie von diesen Wirkungen nicht freizusprechen sind, bei der Bereitung der Speisen auf das geringste Maaß beschränkt werden, während die thierischen Fettarten und ganz besonders das am schwersten zu verdauende Schweinefett und Gänsefett gewiß zum großen Nutzen aller Kranken in Warmbrunn als Zubereitungsmittel der Speisen ganz ausgeschlossen bleiben müssen.

Die Zubereitung der Nahrungsmittel in Betracht zu ziehen darf nicht übergangen werden. Denn vermöge der verschiedenen Zubereitungsarten erleiden die Nahrungsmittel mannigfache Veränderungen ihrer materiellen Beschaffenheit und ihrer sonstigen natürlichen Eigenschaften, so daß häufig durch sie deren Dichtheit, Farbe, Geruch, Geschmack, Nahrhaftigkeit, Verdaulichkeit, ihre reizenden, erhitzenden oder besänftigenden, kühlenden und anderweitige Wirkungen abgeändert zu werden pflegen.

Die Zubereitung der Speisen entspricht vollkommen dem eigentlichen und wahren Bedürfnisse, wenn durch sie der Zweck erreicht wird, die Nahrungsmittel in ihrem organischen Gefüge aufzulockern, ihr Zerfallen in den Verdauungsorganen zu erleichtern, ihre Verdaulichkeit zu fördern, ihre Nahrkraft zu entwickeln und das an ihnen etwa haftende Schädliche zu entfernen; sie muß demnach so zu sagen mehr den Magen als die Zunge berücksichtigen. Um anzudeuten, von welchen Nachtheilen die vorzugsweise auf den Geschmack berechnete Zubereitung der Nahrungsmittel sei, hat schon der größte Menschenfreund des Alterthums, Sokrates, recht bezeichnend einen guten Koch für den ärgsten Feind der Menschen erklärt. Die verfeinerte Kochkunst hat schon den einen großen Nachtheil, daß sie dahin hauptsächlich zielt, die Speisen pikant zu machen, damit sie desto sicherer einen erhöhten Reiz auf die Geschmacksorgane ausüben. Hierdurch aber wird das von den Verdauungsorganen sich ankündigende Bedürfniß nach Nahrung oftmals verdunkelt, und man genügt häufig noch dem Gaumenreiz, wenn auch der Magen längst schon befriedigt ist. Eine solche

früher schon erwähnte Verwechselung des Appetits mit dem Verlangen des Gaumens veranlaßt zu leicht, daß man mehr genießt, als der Körper nöthig hat, wird auch Veranlassung zu Ueberfüllung des Magens und Störungen der Verdauung und hierdurch wieder zur Ursache hartnäckiger Unterleibs- und tiefgreifender Ernährungskrankheiten, die deshalb auch in den Kreisen der Gesellschaft am öftersten angetroffen werden, in welchen die Gourmandise sich einheimisch gemacht hat; nicht zu gedenken, daß die verfeinerte Kochkunst meist auf Unkosten der Verdaulichkeit und Zuträglichkeit der Speisen deren Wohlgeschmack zu erzielen strebt. — Die beste und zweckmäßigste Zubereitung der Nahrungsmittel ist diejenige, welche ihre Kraft und Beschaffenheit am wenigsten schwächt und verändert, sie ist deshalb auch die einfachste.

Die Fleischbrühen enthalten in Wasser aufgelöste thierische Gallerte und Fleischextrakt (Osmazom). Sie sind darum sehr nährend und schmackhaft und leicht verdaulich. Die üblichsten Fleischbrühen sind die Rinds-, Kalbfleisch-, Hühner- und Tauben-Brühe. Im Rindfleisch sind die genannten Bestandtheile im reichsten Maaße vorhanden; die aus ihm bereiteten Brühen sind daher am nahrhaftesten, aber auch zugleich am meisten erregend und erhitzend. Die aus dem Kalbfleische Hühner- und Taubenfleisch gewonnenen Brühen nähren in milder Weise, ohne aufzuregen.

Die Kranken in Warmbrunn mögen darauf achten, Fleischbrühen nicht zu genießen, welche fett und mit Gewürzen versetzt sind; denn die bereits bekannten nachtheiligen Wirkungen des Fettes und der letztgenannten Speisezusätze werden alsdann auf die Fleischbrühen übergetragen sich zeigen. — Bei größerer Reizbarkeit der Verdauungsorgane verdienen die milderen Fleischbrühen den Vorzug vor der Rindsbrühe. — In Fällen, die eine kräftigere Ernährung nöthig machen, in denen aber die Verdauungswerkzeuge von festeren Fleischspeisen leicht belästigt werden, ersetzen erstere aufs Zweckmäßigste die letzteren.

Gekochtes Fleisch ist leicht verdaulich und kräftig nährend, wenn der Gallert- und Extraktivstoffgehalt ihm nicht zum großen Theile entzogen worden, wie dies meist bei dem sogenannten Suppenfleisch der Fall ist. Ein solch stark ausgekochtes Fleisch ist schwer zu verdauen und muß, besonders bei schwachen Verdauungskräften, als nicht zuträglich erachtet werden.

Gebratenes Fleisch enthält die nährenden und reizenden Be-

standtheile mehr conzentrirt als das gekochte. Es nährt daher mehr und wirkt erregender als das letzte. Leichter verdaulich als das gekochte ist das gebratene Fleisch nur dann, wenn letzteres durch das Braten wenig verkohlt wird, die Fleischfasern nicht ausgetrocknet sind, mit andern Worten, wenn es saftig und mürbe geblieben ist. Bei Erschlaffung und verminderter Reizbarkeit der Verdauungsorgane wird gebratenes Fleisch besser vertragen als das gekochte.

Gedämpftes Fleisch ist dadurch, daß es in geschlossenen Gefäßen mit geringem Zusatz von Wasser bei nicht zu großer Hitze bereitet wird und auf diese Weise wenig von seinen nährenden und erregenden Bestandtheilen verliert, eben so nahrhaft als leicht verdaulich.

Gepökeltes Fleisch. Das Küchensalz hat die Eigenschaft, dem Fleische, wenn es längere Zeit auf dasselbe einwirkt, seine wässerigen Bestandtheile zu entziehen. Deshalb ist das gepökelte Fleisch in der Regel trocken und zähe und aus diesem Grunde auch schwer zu verdauen. Die meisten Kranken in Warmbrunn werden wohlthun, das gepökelte Fleisch nicht zu genießen, zumal es dem Blute leicht eine Schärfe beibringt, weshalb es auch Denjenigen, welche an Hautausschlägen und Geschwüren leiden, zu genießen streng untersagt werden muß.

Geräuchertes Fleisch ist gleichfalls, mit Ausnahme des rohen Schinkens, der selbst schwachen Magen gut bekommt, schwer verdaulich und weniger nährend, weil das Fleisch, bevor man es dem Rauche aussetzt, stark eingesalzen wird, wodurch dasselbe an Dichtheit, Härte und Zähigkeit zunimmt. Der Rauch giebt dem Fleische auch einen brenzlichen, etwas scharfen Beigeschmack. In Beziehung auf seinen Genuß gilt von ihm dasselbe, was hierüber vom Pökelfleisch gesagt worden.

Die Würste werden bekanntlich aus verschiedenen, meist aber zu den schwer verdaulichen gehörenden Fleischarten (Schweinefleisch, Leber, Lungen, Gekröse) mit Zusätzen von Blut, Fett und verschiedentlichen Gewürzen bereitet. Sie gehören durchweg zu den am schwersten verdaulichen und stark reizend wirkenden Fleischspeisen und müssen ohne Ausnahme den Kranken in Warmbrunn verboten bleiben.

Zubereitung der Fische. Das Fleisch der Fische wird, wie das Fleisch warmblütiger Thiere, durch längeres Aufbewahren in Salz und durch das Räuchern schwerer verdaulich und weniger nährend. Fische,

welche lange im Salze gelegen, geräucherte Fische, dürfen daher aus denselben Gründen, die bei den derartig veränderten Fleischarten warmblütiger Thiere angegeben worden, von den Kranken in Warmbrunn nicht genossen werden. Eine Ausnahme machen die mit Seesalz zugerichteten und im Seewasser aufbewahrten Häringe und Sardellen, deren mäßiger Genuß meist gestattet ist.

Aus bereits bekannten Gründen müssen fette, sauere, mit scharfen Gewürzen bereitete Saucen zum Fleische und zu den Fischen vermieden werden.

Die thierische Gallerte an sich ist wie der Faserstoff, Eiweißstoff, ein einfacher Nahrungsstoff und eignet sich als solcher für sich allein nicht für die Ernährung; erst durch den Zutritt anderer Nahrungssubstanzen wird sie ernährungsfähig. Die Gallerte, wie sie aus verschiedenen thierischen Theilen bereitet und genossen zu werden pflegt, ist bereits in einem solchen ernährungsfähigen Zustande und giebt alsdann eine sehr nahrhafte Speise ab. Wenn die Gallerte nicht mit Säuren und Gewürzen versetzt wird, ist sie reizlos und beschwert deshalb die Verdauungsorgane. Der gedachten Bereitungsart wegen muß sie von den Kranken in Warmbrunn vermieden werden.

Die aus Eiern zubereiteten Speisen sind meist den Kranken in Warmbrunn darum nicht zuträglich, weil der Eiweißstoff durch das Kochen und Backen der Eier stark gerinnt und verhärtet und in diesem Zustande von den Verdauungsorganen schwer zersetzt wird. Geschieht die Zubereitung der Eier mit Fett, Butter und Säuren, dann sind dergleichen Eierspeisen nur noch schwerer zu verdauen und verursachen, ist die Verdauungs- und Unterleibsthätigkeit nicht vollkommen kräftig, sehr leicht Magenverderbniß, Entwickelung von Schwefelwasserstoffgas im Magen und Darmkanal, unangenehmes Aufstoßen und sonstige Verdauungsbeschwerden. In Ausnahmefällen selbst sind nur die mehr flüssig gehaltenen, mit wenig Butter bereiteten Rühreier zu gestatten.

Der aus abgerahmter Kuhmilch, Ziegenmilch und Schafmilch bereitete Käse ist durchaus keine Speise für Kranke, und am wenigsten für diejenigen, welche an den Heilquellen Warmbrunns Hülfe suchen. Der frische, aus wässrigen und Buttertheilen der Milch bestehende Käse enthält viel nährende Bestandtheile, ist aber schwer zu verdauen. Im älteren Käse findet eine Gährung statt, und

es bildet sich eine eigenthümliche fettige Substanz und eine eigenthümliche Säure (Käsesäure), die mit Ammoniak verbunden ist, von welchen beiden Bestandtheilen der Käse seinen Geruch und Geschmack erhält. Er verdirbt leicht das Blut, weil sich durch ihn Harnsäure im Blute bildet, weshalb er auch solchen, die zu Harngries- und Steinbildungen hinneigen, so schädlich ist, indem diese Säure, wie bereits auseinandergesetzt worden, die Grundlage zu diesen krankhaften Erzeugnissen abgiebt. Die Schärfe, welche der Urin beim Genuß des Käses erhält, macht es erklärlich, warum er in allen Krankheiten der Urinwerkzeuge so schädlich wird. Ebenso macht die saure, gleichsam scharfe Beschaffenheit, welche das Blut durch den Käse annimmt, es leicht einsichtlich, weshalb er denen, die an Hautausschlägen, sogenannten Hautschärfen leiden, zu genießen so streng verboten wird. Ueberdieß macht der Käse den Speisesaft zu scharf, reizt die Verdauungsorgane zu sehr und verursacht leicht Säurebildung und Gasentwickelung im Magen und Darmkanal. Für ganz Gesunde kann der Käse, mäßig genossen, eine Würze abgeben, um die Verdauung nach Genuß schwer verdaulicher Speisen stärker anzuregen und zu bethätigen.

Die Butter ist die mildeste Fettart und zur Bereitung der Speisen noch am wenigsten schädlich, vorausgesetzt, daß sie letzteren nicht in Menge beigemischt und nicht durch das Feuer brenzlich gemacht wird. Die frische Butter, mäßig genossen, ist leicht verdaulich und im Allgemeinen den Kranken in Warmbrunn wohl zu gestatten, wenn nicht zuweilen Kurrücksichten gegen sie sprechen.

Die Zubereitung der Gemüse, selbst der den Kranken erlaubten, mit vielem Fett und Gewürzen ist nachtheilig. Diese Zubereitungsart macht auch die mildern Gemüse schwer verdaulich und bringt ihnen reizende Eigenschaften bei.

Die Zubereitung der Früchte unterliegt großen Verschiedenheiten, die bestimmend sind für ihre Zuläßigkeit oder für ihr Verbot. Die reifen Obstfrüchte: Aepfel, Birnen, Pflaumen, Kirschen, wenn sie gekocht oder gedämpft und, falls sie zu den säuerlich schmeckenden gehören, mit Zucker reich versetzt sind, eignen sich zweckmäßig als Zuspeisen zum Fleische und werden, wenn nicht besondere Umstände obwalten, meist gut vertragen. Schon schwerer zu verdauen ist das getrocknete und dann erst gekochte Obst. Eine Ausnahme von den genannten Früchten machen in dieser Beziehung die getrockneten

Kirschen und besonders die Prunellen, die wegen ihrer Leichtverdaulichkeit und ihrer lösenden Wirkung die zweckmäßigste Zuspeise während des Kurgebrauchs sind.

Von den Beerenfrüchten werden die Preusselbeeren und Stachelbeeren hier zu Lande am häufigsten als Zuspeisen benutzt. Erstere haben einen Saft von säuerlichem und bitterlichem Geschmack, der selbst durch das Kochen und Dämpfen unter Zusatz von vielem Zucker nicht ganz zu tilgen ist. Die Stachelbeeren enthalten viel mehr Säure, als die vorige Art, die noch weniger durch die gleiche Zubereitungsart ganz zu entfernen ist. Sie sollten beide von den Kranken in Warmbrunn nicht genossen werden. Brunnentrinkern sind sie entschieden untersagt.

Die in Zucker oder Honig gewürzlos eingelegten Obstfrüchte der bezeichneten Art sind dem Genusse gestattet; jedoch muß jedwede Zubereitung des Obstes mit Säuren und Gewürzen als eine für die Kranken in Warmbrunn schädliche bezeichnet werden.

Die aus den Früchten gewonnene Gallerte (Gelée) wird, wie die thierische Gallerte, erst durch die bei der Bereitung hinzukommenden anderweitigen Nahrstoffe nährend, ist aber reizlos für den Magen, wenn ihr nicht Säuren und Gewürze beigemischt sind. Wegen der oft schon hervorgehobenen nachtheiligen Wirkungen dieser Zusätze dürfen solche Pflanzengelées nicht genossen werden.

Die Zubereitung des Mehls der Getreidearten zu Speisen unterliegt einer großen Verschiedenartigkeit, von welcher deren größere oder geringere Verdaulichkeit und Nahrhaftigkeit und anderweitige Wirkungen großentheils abhängen.

Das Brot wird bekanntlich in der Weise bereitet, daß das Mehl in eine Gährung versetzt und alsdann gebacken wird. Diese beiden Prozesse bringen in dem Mehle Veränderungen hervor, die nicht nur die Kraft seiner nährenden Bestandtheile stärker entwickeln, sondern auch seine Verdaulichkeit wesentlich fördern. Die Gährung verwandelt das im Mehl enthaltene Stärkemehl zum Theil in Zucker und bildet einen Theil des letzteren wiederum zu Weingeist um, während sie das übrige Stärkemehl in Stärkegummi umschafft, zu welchem Vorgange auch das Backen beiträgt. Durch das Backen wird der Kleber, welchen die Gährung wenig verändert, ausgetrocknet und stärker verdichtet und überhaupt im Brote ein gewisses Arom entwickelt. Der stickstoffreiche Kleber, Zucker, Stärkegummi und eine geringe Menge Weingeist machen

also die Bestandtheile des Brotes aus; daher dasselbe ein so kräftig nährendes und leicht verdauliches wohlschmeckendes Nahrungsmittel ist.

Auf die größere oder geringere Verdaulichkeit des Brotes ist das Gährungsmittel von Einfluß.

Roggenbrot, welches vermittelst Sauerteig in Gährung versetzt worden, schmeckt wegen seines Gehalts an Essigsäure säuerlich und ist schwer zu verdauen. Den Kranken in Warmbrunn möchte es gerathen sein, dasselbe nicht zu genießen, und namentlich werden diejenigen, welche an Skrofeln, Neigung zu Verschleimung, Säurebildung und schwacher Verdauung leiden, das gesäuerte Roggenbrot, nicht ohne Schaden zu nehmen, genießen. — Das sogenannte Schwarzbrot besitzt diese Eigenschaften in noch höherem Grade. — Leichter verdaulich und bei guten Verdauungskräften eher zu gestatten ist das durch Hefen vollständig gut ausgegohrene und gut ausgebackene Roggenbrot. — Das vollkommen ausgegohrene und gut ausgebackene, aus Weizenmehl bereitete sogenannte Weißbrot verdient wegen seines Mangels an Säure, seiner größern Nahrhaftigkeit und seiner Leichtverdaulichkeit vor allen den Vorzug. — Von größtem Nachtheile ist der Genuß des ganz frischen und darum noch zu weichen, klebrigen, nicht gehörig ausgegährten und nicht vollkommen ausgebackenen Brotes. Ein solches Brot verursacht leicht Magenverderbniß, Magenkrampf, Blähungen, Leibschmerzen und noch manche andere, vom Verdauungsapparat ausgehende üble Zufälle. — Ueberaus leicht verdaulich ist der Zwieback, wenn er gehörig ausgebacken und nicht zu stark geröstet ist.

Die aus Hefenteig mit Fettigkeiten und Zusätzen von Zucker- und Gewürzen, Mandeln, Rosinen, Früchten bereiteten Kuchenarten gehören zu den sehr schwer verdaulichen, den Magen belästigenden Speisen, die, welcher Art sie auch sein mögen, von den Kranken in Warmbrunn für schädlich gehalten werden müssen, indem sie Magensäure, Magendrücken, Blähungen und andere gastrische Beschwerden leicht veranlassen. Der aus Mehl, etwas Milch und Eigelb zubereitete Kuchen ist der am wenigsten unverdauliche und schädliche.

Die aus Mehl ohne Hefen, Eiern und Butter oder Fett bereiteten Mehlspeisen, welche in der Regel auch Zusätze, wie sie bei den Kuchen üblich sind, erhalten, werden um so schwerer verdaut und bewirken um so leichter Magenverderbniß, je fetter und fester sie sind. Nur die einfachen, aus Mehl, wenig Eigelb, wenig Butter, Zucker

mit Zusätzen von süßen Früchten zubereiteten Mehlspeisen möchten unsern Kranken mäßig und nicht alltäglich zu genießen erlaubt sein. — Die aus Gries, Reis, Hirse bereiteten Mehlspeisen sind schwer zu verdauen, erzeugen leicht Säure im Magen und halten den Stuhl an.

Die Getränke. Das Blut, aus welchem beständig so viele flüssige Stoffe abgesondert und ausgeschieden werden, möchte alsbald durch überwiegende Verdickung zu einem großen Theile seine Fließfähigkeit einbüßen und in Folge dessen ein Stocken des organischen Triebwerks nach sich ziehen, wenn nicht die desfallsigen Verluste des Blutes durch Aufnahme von Flüssigkeiten wieder gedeckt würden. Welch hohe Bedeutung das Flüssige im Organismus hat, kann schon daraus entnommen werden, daß ein Mensch von 120 Pfund Gewicht 80 Pfund Flüssigkeit enthält. Die von außen in den Körper eingeführten Flüssigkeiten sind also ein nothwendiges Erforderniß, eine stete Bedingung zur Unterhaltung des Lebensprozesses im Allgemeinen und erfüllen für den Verdauungsprozeß insbesondere noch den wichtigen Nebenzweck, daß die im Magen und Darmkanal zersetzten Nahrungsmittel eine größere Verdünnung erfahren und daß auch die für die Verdauung nothwendige Absonderung der Magen- und Darmfeuchtigkeit neue Zufuhr erhält. Das Bedürfniß des Organismus, Flüssigkeiten zu erhalten, kündigt der Durst an. Zur Befriedigung dieses Bedürfnisses dient das Getränk.

Zwar gelangen schon mit den Nahrungsmitteln viele Flüssigkeiten in die Verdauungswege und von da ins Blut; allein sie sind meist nicht zureichend, um genügenden Ersatz für die Ausfälle zu geben. Daher stellt sich trotzdem das Verlangen nach Getränk wiederholentlich ein, doch allerdings um so seltener und um so weniger dringend, je mehr Nahrungsmittel in flüssiger Form genossen werden. Nicht aber zu diesem alleinigen Zwecke, wie er eben angedeutet worden, bedient sich der Mensch des Getränks; er genießt vielmehr häufig verschiedentlich zubereitete Getränke lediglich ihrer wohlschmeckenden, erquickenden, erfrischenden, besänftigenden, reizenden, belebenden, stärkenden, nährenden Eigenschaften wegen. Die Wirkungen der verschiedenartigen Getränke erstrecken sich daher, je nach den außer den wässerigen Bestandtheilen in ihnen enthaltenen chemischen Stoffen, bald vorzugsweise auf das Gefäßsystem, bald mehr auf das Nervensystem, bald hauptsächlich auf den Verdauungsapparat. Demnach ist die nähere Kenntniß der einzelnen Getränke für ihre richtige Anwendung in Krankheiten im Allgemeinen

und den an den Heilquellen Warmbrunns vorkommenden von entschiedener Wichtigkeit.

Das frische Quellwasser ist in den meisten langwierigen Krankheiten, gegen welche Warmbrunns Heilquellen angewendet werden, für gewöhnlich das zweckmäßigste Getränk. Dem Gehalt an Kochsalz, Kohlensäure und Sauerstoff verdankt das Quellwasser seine Frische und Schmackhaftigkeit und es eignet sich deshalb, sowie wegen seiner niedern Temperatur, durch welche dem Körper Wärme entzogen wird, am besten zur Stillung des Durstes. Außerdem sind in ihm in der Regel auch kohlensaurer Kalk und Kieselerde in verhältnißmäßig nur sehr geringer Menge beigemischt. Vermöge der niedern Temperatur und der Salze übt das frische Quellwasser einen Reiz auf die Verdauungsorgane aus und trägt auf diese Weise nicht allein zur mäßig verstärkten Absonderung der Verdauungssäfte bei, sondern bewirkt auch hierdurch eine verstärktere Zusammenziehung der Muskelfasern des Darmkanals, in Folge dessen der Darminhalt rascher fortbewegt und die Darmausscheidung gefördert wird. Durch seinen Kohlensäuregehalt wirkt das Wasser auch sanft erregend auf die Nerven ein und erhöht die Thätigkeit der Nieren, während es durch den Sauerstoff der in ihm enthaltenen atmosphärischen Luft dem Blute zugleich zugewendet und für seine höhere Belebung wirksam wird. Indem das Wasser aber auch das Blut in dem ihm nöthigen Flüssigkeitszustande erhält, erleichtert es gleichzeitig dessen Bewegung und übt deshalb einen günstigen Einfluß auf die Ernährung und Säfteabsonderung aus. So empfehlenswerth auch im Allgemeinen der Genuß des frischen Quellwassers als gewöhnliches Getränk in den in Rede stehenden Krankheiten ist, so giebt es doch auch Fälle, bei denen der Gebrauch desselben nicht stattfinden darf. Die Kranken in Warmbrunn, welche an Brustkrämpfen, Magenkrämpfen, Koliken, Durchfällen, mit Husten verbundenen Brustzufällen und an großer Gereiztheit des Magens und Darmkanals leiden, müssen das Trinken des frischen, kalten mehr reizend wirkenden Quellwassers vermeiden und es lieber dann genießen, wenn es einige Zeit gestanden, minder kalt geworden und durch Berührung mit der atmosphärischen Luft das kohlensaure Gas verloren hat. In manchen Fällen der Art ist es sogar von Nutzen, sich des abgekochten und alsdann wieder etwas abgekühlten Wassers zu bedienen. Ein solches Wasser sagt unter den angedeuteten Umständen deshalb nicht selten mehr zu, weil es seine gasigen Bestandtheile eingebüßt und die

Kalksalze in ihm niedergeschlagen sind. Es genügt zu diesem Behufe schon, das kalte, frische Quellwasser einige Zeit an einem warmen Ort stehen zu lassen, oder eine geröstete Brotkrumme, wenn sie noch recht warm ist, in dasselbe zu thun und dieses alsdann wieder etwas kühler werden zu lassen. Weil ein derartiges Wasser zu indifferent und daher fade schmeckt, so kann demselben Zucker zugesetzt werden, um den Geschmack zu verbessern.

Da die Heilquellen Warmbrunns die Haut= und Lungenausdünstung verstärken, so muß Acht gegeben werden, daß nicht zu Zeiten, wo diese stets mit größerer Körpererregung und verstärkter Wärmeerzeugung Hand in Hand gehende Wirkung merklich hervortritt, ihr durch unvorsichtiges Trinken kalten Wassers entgegengewirkt wird. Abgesehen von letzterem Nachtheil können aber auf diese Weise noch viel unheilvollere Uebelstände durch zu rasche Abkühlung und Unterdrückung der Hautthätigkeit herbeigeführt werden. Dieselbe Vorsicht bezüglich des Trinkens kalten Wassers erheischt, wie allgemein bekannt ist, jede auch durch andere Ursachen entstandene Erhitzung des Körpers und erhöhte Thätigkeit des Hautorgans.

Der reichliche Genuß des Wassers ist gewiß von wohlthätigen Folgen in Krankheiten, welche, wie die für die Heilquellen Warmbrunns geeigneten, großentheils auf fehlerhafter Mischung der Säfte, erschwerten Blutlauf, Säftestockungen und Anschoppungen in den Eingeweiden und Drüsen beruhen; allein das gegenwärtig übliche Uebermaaß ist dadurch nicht gerechtfertigt und bringt, so viele berufene und unberufene Stimmen sich auch dagegen erheben mögen, sicher nur Schaden. Alltäglich massenhaft genossen, überfüllt das Wasser nicht nur allzusehr den Magen, dehnt ihn übermäßig aus, erschlafft ihn endlich, schwächt seine Thätigkeit und hemmt zugleich die Verdauung durch allzustarke Verdünnung des Magensaftes, sondern es verflüssigt mit der Zeit in zu hohem Grade das Blut und benachtheiligt den Ernährungsprozeß. Während der Kur zumal werden dem Körper ohnehin sowohl durch die Bäder als durch den Gebrauch der Trinkbrunnen Flüssigkeiten in erheblicher Menge zugeführt, und nur um so mehr ist während der Kurzeit vor zu vielem Trinken kalten Wassers abzurathen.

Das Bier wird aus verschiedenen Getreidearten vermittelst der Gährung gewonnen und durch Zusätze aromatischer Vegetabilien, unter denen der Hopfen der gebräuchlichste ist, gewürzhaft gemacht. Eine

stickstoffhaltige, kleberartige Substanz, Zucker, Pflanzenschleim, Gummi, bittre aromatische Stoffe, Weingeist, Kohlensäure und Wasser machen seine Bestandtheile aus. Es ist daher ein erfrischendes, die Verdauungsthätigkeit anregendes, nährendes, stärkendes, auf Blutgefäße und Nerven erregend wirkendes Getränk. Der Grad dieser seiner Wirkungen hängt wie sein Geschmack von der Art der Bereitung ab.

Die aus Gerste und Weizen bereiteten, gut ausgegohrnen, nur mäßig gehopften und nicht zu viel fixe Luft enthaltenden Biere dürfen von den meisten Kranken in Warmbrunn, besonders denjenigen, die zugleich an Verdauungsschwäche leiden, getrunken werden; sie sind leicht verdaulich, stillen leicht den Durst und erquicken, erfrischen und beleben, ohne erheblich das Blut zu erhitzen und die Nerven aufzuregen. Nur sei man mäßig im Genuß derselben und beschränke diesen auf die Nachmittagsstunden. Streng zu vermeiden sind aber diese Biere, wenn sie nicht völlig ausgegohren sind, säuerlich schmecken und zu viel fixe Luft enthalten; sie stören alsdann leicht die Verdauung durch Säurebildung im Magen und Darmkanal, verursachen Blähungen, Kolik, Durchfall und Harnzwang. Alle andern schweren bittern Biere: die Doppelbiere, Lagerbiere, die jetzt so beliebten baierschen Biere, Porters u. dgl. haben viel nährende Stoffe, sind mit Hopfen stark versetzt und enthalten viel Weingeist. Sie beschleunigen darum auch in hohem Grade die Blutbewegung, erhitzen somit stark und wirken zugleich berauschend. Bei fortgesetztem und häufigem Gebrauch erzeugen sie Vollblütigkeit, verdicken das Blut und veranlassen Stockungen desselben, überreizen endlich auch und erschlaffen, wenn nicht eine sehr thätige, mit Körper-Anstrengungen verbundene Lebensweise dabei geführt wird. Sie dürfen deshalb in den Krankheiten, gegen welche die Heilquellen Warmbrunns in Anwendung kommen, durchaus nicht genossen werden.

Kranke, welche vollsaftig sind, ein leicht erregbares Gefäß- und Nervensystem besitzen, zu Blutandrang nach edlen Organen, besonders nach dem Kopfe und der Brust, hinneigen und an hartnäckiger Verstopfung leiden, dürfen selbst die oben bezeichneten leichtern Biere nicht trinken.

Der Wein, verschieden nach dem Moste, aus welchem er durch Gährung hervorgebracht wird, enthält in mannigfaltig abweichenden Mengeverhältnissen, jedoch in inniger Verbindung unter einander, Wasser, Weingeist, einen flüchtigen Riechstoff, der dem Weine die Blume verschafft, Zucker, Gummi, Säuren (Weinsteinsäure und Essig-

säure) und Salze (besonders Weinstein). In den Rothweinen ist außerdem noch Farbstoff und Gerbestoff und in den moussirenden Kohlensäure vorhanden. Der Weingeist ist derjenige Bestandtheil, der dem Weine seine Kraft, sein Feuer, wie man es nennt, giebt; er ist es, der ihm seine erhitzenden, berauschenden Eigenschaften verschafft, von ihm allein hängen überhaupt die Hauptwirkungen des Weines auf den menschlichen Körper ab. Diese treten um so stärker hervor, je reicher der Weingeistgehalt des Weines ist. Der Weingeist ist ein flüchtiger, mächtig belebender, in hohem Grade erregender, die Gesammthätigkeiten des Organismus stürmisch steigernder, daher auch die Körperenergie nur um so schneller erschöpfender Körper. Seine Erstwirkung ist auf die Nerven gerichtet, und zwar breitet sich diese von den Nerven des Magens- und Darmkanals, vom sogenannten Sonnengeflecht, mit denen er beim Genuß weingeistiger Getränke zunächst in Berührung kommt, rasch auf das Gehirn und das Rückenmark und somit auch auf sämmtliche Nerven der Empfindung und Bewegung aus, und äußert sich durch gesteigerte, übereilte Thätigkeit des Gesammtnervensystems, die deshalb eine Abspannung der Nervenkraft leicht zur Folge hat. Im Gehirn bekundet sich das auf diese Weise höher gespannte Nervenleben durch lebhaftere Phantasie, größere Munterkeit und Heiterkeit, Hebung des Muths und leichte Geneigtheit zu Affekten, in den Empfindungsnerven durch größere Empfänglichkeit und Empfindlichkeit, in den Bewegungsnerven durch freiere, lebhaftere Muskelbewegung. Schnell folgt dieser Aufregung des ganzen Nervensystems auch eine Aufregung im Gefäßsystem: der Blutumlauf wird beschleunigt, die Pulse gehen rascher, sind durch stärkere Anfüllung der Gefäße zugleich auch voller, die Temperatur des Körpers nimmt vermöge der gesteigerten Wärme-Erzeugung erheblich zu und der Stoffwechsel geht mit größerer Lebendigkeit vor sich. Der Rausch ist der Ausdruck des höhern Grades dieser Wirkung. Die mächtig aufgeregte Nerventhätigkeit ist dann von einem normwidrigen Empfindungs- und Wahrnehmungs-Vermögen begleitet und zieht endlich eine Erschöpfung der Nervenkraft nach sich. Nicht minder stürmisch geschehen die Aktionen des Blutgefäßsystems, die ebenfalls alsbald in den Gegensatz umschlagen: der Kopf wird stark eingenommen, es entsteht ein Sausen in ihm, der Ideengang wird unklar und verwirrt, das Gehen und Stehen wird unsicher, weil der Wille die Muskelbewegung nicht mehr vollkommen beherrscht, die Blutbewegung ist hastig, deshalb röthet sich die Gesichtsfarbe, gehen

die Pulse rasch und wird der Körper erhitzt, bis endlich durch Uebereizung des Nerven- und Gefäßlebens Abspannung aller Geistes- und Körperkräfte eintritt, die sich durch gänzliche Umdüsterung der Sinne, völlige Unfähigkeit, nach Willen sich zu bewegen, Schwerbeweglichkeit der Zunge, Blässerwerden der Gesichtsfarbe, weichere und minder raschere Pulse und Versinken in einen tiefen, betäubenden Schlaf ausspricht.

Auch die Mischung des Blutes wird durch den Weingeist wesentlich abgeändert. Vermöge seines starken überwiegenden Kohlenstoffgehaltes wird nicht nur das schon an sich stärker verkohlte Venenblut, in welches der Weingeist, ohne vorher irgend eine Veränderung zu erleiden, zuerst gelangt, weit über die Norm hinaus reicher an Kohlenstoff, sondern auch im Schlagaderblute häuft sich der Kohlenstoff, weil es bei dem vorhandenen Uebermaß an Kohlenstoff im Venenblute den Lungen nicht möglich ist, das Blut, wenn es in sie hineintritt, vollkommen zu entkohlen. Daß ein so beschaffenes Blut nicht mehr die Eigenschaften hat, den Körper bestimmungsgemäß zu ernähren, ist bei Gelegenheit schon früher nachgewiesen worden. Aber noch von anderer Seite her wird die Ernährung durch die Einwirkung des Weingeistes auf den menschlichen Organismus wesentlich benachtheiligt. Welche wichtige Rolle den drüsigen Unterleibsorganen bei der Blutbereitung und Ernährung angewiesen sei, ist schon wiederholentlich hervorgehoben worden. Nun aber gelangt der Weingeist vom Magen aus durch die einsaugungsfähigen Blutadern auf kürzestem Wege rasch in die Leber, Milz und Lymphdrüsen, reizt diese Gebilde, von denen die ersteren fast nur Venenblut führen, in hohem Maße, verursacht stärkern Zudrang des Blutes zu denselben, so daß es endlich in Stocken geräth, und ändert ihre Funktion in krankhafter Weise um. Besonders ist es die in der Leber zu Stande kommende Gallenbildung, welche in wesentliche Abweichung von der Norm verfällt, und in den Lymphdrüsen erlangt ihr Inhalt, die Lymphe, eine unnatürliche Gerinnungsfähigkeit. So wird denn der Organismus durch die schädliche Einwirkung des Weingeistes in seinen Grundfesten mächtig erschüttert.

Im Weine, wie in allen geistigen Getränken, findet sich die Wirkung des Weingeistes wiedergegeben, weil eben, wie schon erwähnt, der Weingeist ihren Hauptbestandtheil ausmacht und das hauptsächlich Wirksame in ihm ist. Im Weine ist die Wirkung des Weingeistes allerdings

etwas modifizirt und gemildert durch die in ihm, wenn auch nur in sehr untergeordneten Mengeverhältnissen zugleich vorkommenden, dem Weingeist entgegengesetzt wirkenden Säuren und Salze so wie durch seine andern Bestandtheile; daß aber trotzdem die Hauptwirkungen des Weins im Wesentlichen mit den geschilderten des Weingeistes übereinstimmen, beweist die tägliche Erfahrung. Wer hätte nicht schon den milderen Grad der Aufregung des Nerven- und Gefäß-Systems, wie er oben angegeben worden, nach dem mäßigen, der Individualität genügenden Genuß des Weines empfunden! Wem möchten die dargestellten Erscheinungen des Rausches, die ein unmäßiger Genuß des Weines hervorruft, unbekannt geblieben sein! Wie aber auch der Wein am Heerde der Ernährung zu rütteln und ihn zu erschüttern vermag, wie er die Unterleibsorgane zu unterwühlen und ihre Funktionen zu benachtheiligen im Stande ist, wie er die Verdauungsthätigkeit herabzusetzen beitragen kann, wie er endlich die Blutmischung zu verschlechtern Kraft genug hat, dafür zeugen die starken Weintrinker. In der Regel ist ihr Körper aufgeschwemmt, ihre Leber vergrößert und die Gallenabsonderung regelwidrig; daher ist ihre Gesichtsfarbe meist gelblich und oft erdfahl, weil auch die Milz bei ihnen häufig ein größeres Volumen annimmt und ihre Thätigkeit nicht der Norm entspricht; eben so ist ihre Eßlust größtentheils sehr gering, während die Säurebildung in den Verdauungswegen bei ihnen sehr stark hervortritt. Oft genug findet man unter ihnen solche, deren Gesicht eine dunkle, bläuliche Röthe zeigt, deren Haut an sogenannter Schärfe leidet, zum Beweise, daß auch das sonst rothe Schlagaderblut durch den in ihm krankhaft angesammelten Kohlenstoff dunkler geworden ist und daß krankhafte Stoffe im Blute sich bilden, die in der Haut ihre Absatzstelle finden.

Der Wein erfreut des Menschen Herz nur, wenn er mäßig und nicht oft genossen wird. Dann erst ist er eine wahre Göttergabe, die den Geist erfrischt, das Gemüth erheitert und überhaupt alle Lebenskräfte zu einem regen, doch keineswegs übereilten Wirken anregt. Aber schon der tägliche, wenn auch mäßige Genuß des Weins ist für Viele eine Quelle mancher Leiden. Wohl ist es eine Wahrheit, daß die Gewohnheit die Wirkung des Weins abstumpft, darum aber vernichtet sie dieselbe nicht auch. Man verweise nicht auf die Bewohner der Weinländer, rühme nicht allzusehr ihre Gesundheit, ihren fröhlichen Sinn. Man prüfe nur genauer und man wird finden, daß Gicht, Hämorrhoiden, Krankheiten der Harnwerkzeuge, Steinbildungen und

noch manche andere Uebel gerade unter den Bewohnern weinreicher Länder am häufigsten vorkommen. Statistische Nachweisungen werden darthun, daß die durchschnittliche Lebensdauer der Menschen in Weingegenden eine kürzere ist, als die, welche die Menschen zu erreichen pflegen, deren Boden, auf dem sie leben, den Weinstock nicht gedeihen läßt, vorausgesetzt, daß nicht andere scharfe Getränke zum täglichen Genuß bei letzteren die Stelle des Weins ersetzen, weil die vermittelst des Weines zu häufig und zu stark angefachte Lebensflamme desto leichter und schneller zum Erlöschen gebracht wird.

Und nun soll untersucht werden, in welchem Verhältnisse der Genuß des Weines zu den Krankheiten steht, gegen welche Warmbrunns Schwefelquellen als Heilmittel dienen.

In dem Abschnitt: Ueber die Wirkungen der Warmbrunner Heilquellen in besonderen Krankheiten, ist der Entwickelungsgang der Gicht verfolgt und nachgewiesen worden, daß diese Krankheit aus einer regelwidrigen Blutbeschaffenheit sich hervorbilde, die vorerst darin besteht: daß nicht nur das dunklere Venenblut stärker als gewöhnlich kohlenstoffhaltig sich zeigt, sondern auch das sonst rothe Schlagaderblut dem Venenblute durch angenommenen Kohlenstoff ähnlich wird. Es ist ferner hervorgehoben worden, daß das Blut diese abweichenden Eigenschaften annimmt in Folge ungeordneter Blutbewegung im Unterleibe, welche Blutüberfüllungen und Blutstockungen daselbst, besonders in der Leber, nach sich zieht, wodurch die Thätigkeit dieses Organs nicht nur gestört, sondern auch nachtheilig abgeändert wird, und dasselbe alsdann eine nachtheilige Rückwirkung auf die Magen- und Darmthätigkeit ausübt; ja diese Krankheitserscheinungen wurden als das erste Stadium der Gicht bezeichnet.

Von den Hämorrhoiden wurde gesagt, daß sie in naher verwandtschaftlicher Beziehung zur Gicht stehen, daß der hämorrhoidalische Krankheitsprozeß sich auf die Blutadergefäße, besonders auf die Pfortader und deren Verzweigungen, beschränke und daß die Symptome, welche in der ersten Entwickelungsstufe der Gicht hervortreten, nur weiter ausgebildet das ganze Krankheitsbild der Hämorrhoiden ausmachen. Daß auch die Blutgefäße und Nerven in beiden Krankheiten krankhaft gereizt sind, beweisen die leicht entstehenden fieberhaften Aufregungen, die Entzündungserscheinungen an den afficirten Körpertheilen und die heftigen Schmerzen in der Gicht, die oft eintretenden Blutwallungen und der Andrang des Blutes nach edlen Organen, die Schmerzgefühle am

After, der öftere nervöse Kopfschmerz, die unangenehmen Empfindungen im Unterleibe und die Verstimmung des Gemüths, welche Begleiter der Hämorrhoidalkrankheit zu sein pflegen. Man stelle nun die geschilderten Wirkungen des Weines den Krankheitserscheinungen der Gicht und Hämorrhoiden gegenüber, und es wird nicht schwer fallen, zu entscheiden, ob der öftere Genuß des Weines, besonders der alltägliche, wenn auch nur mäßige Genuß desselben, zuträglich sein kann, oder ob er nicht vielmehr entschieden schädlich in diesen Krankheiten und auch schon bei der Anlage zu denselben wirken muß. Nichts, was in dieser Beziehung für den Wein sprechen möchte, kann zugegeben werden, als nur das Eine, daß Ausnahmen von der Regel stattfinden. Für jüngere, vollsaftige, mit einer deutlich ausgesprochenen Anlage zu Gicht und Hämorrhoiden begabte oder schon von ihnen ergriffene Individuen ist der tägliche Genuß des Weines ein Mittel, in ein zeitiges Siechthum zu verfallen.

Auch die krankhafte Menstruation, welche durch die Heilquellen Warmbrunns wieder geordnet werden soll, verbietet für die Regel den Wein. Es wurde bei Besprechung dieser Krankheit hervorgehoben, daß sie in ihrer verschiedenen Form dann besonders für die Heilquellen Warmbrunns sich eigene, wenn ihrer Entstehung ungeregelte, in Stokkung gerathende Blutbewegung im Unterleibe und dadurch veranlaßte ungleiche Blutvertheilung in den Unterleibsorganen zum Grunde liegen, ein Zustand, der bei einiger Dauer fast immer eine stärkere Verkohlung des Venenblutes, besonders in der Pfortader, mit allen Nachtheilen dieses Blutzustandes für den Körper nach sich zieht. Oft treten auch bei Störungen der Menstruation Blutwallungen und Kongestionszustände ein, und selten fehlen Erscheinungen, die auf eine Aufregung der Nerven hindeuten. Vergleicht man diese krankhaften Körperverhältnisse mit den Wirkungen des Weines, so muß sich herausstellen, daß der Weingenuß bei Menstruationsstörungen beregter Art nur selten wird gerechtfertigt werden können.

Ganz so verhält es sich bezüglich des Weingenusses in der Bleichsucht, deren Beseitigung durch Warmbrunns Thermen zu erwarten steht. An dem betreffenden Orte ist dargelegt worden, daß die veranlassenden Ursachen der charakteristischen Verschlechterung des Blutes in der Bleichsucht oft in schlechter, unzweckmäßiger Nahrung bei sitzender Lebensart zu suchen sind und daß diese äußern Ursachen Blutüberfüllung und Blutstockung in der Pfortader und den zu ihr gehörenden Unterleibsorganen

bewirken, in deren Folge letztere in ihrer Thätigkeit beeinträchtigt und besonders der Blutreinigungsprozeß in der Leber Störungen erleidet, und daß gerade, wenn die Bleichsucht auf diese Weise sich hervorbildet, Warmbrunns Heilquellen sich nützlich gegen sie erweisen. Doch treten in dieser Krankheit schon öfter Fälle ein, bei welchen ein mäßiger Weingenuß zu gestatten ist und sogar von ersprießlichen Folgen begleitet sein kann.

In den Skrofeln zeigen die angeschwollenen Lymphdrüsen deutlich genug, daß die Lymphe in ihnen ins Stocken und Gerinnen gerathen ist. Der Wein aber begünstigt, wie dargethan worden, die Gerinnung der Lymphe durch seinen Weingeistgehalt, und diese einzige Thatsache spricht schon allein dafür, daß im Allgemeinen der Wein in den Skrofeln von keinem günstigen Einfluß ist, obgleich noch andere Gründe dafür angeführt werden könnten; nicht zu gedenken, daß in Fällen, wo zugleich eine Anlage zu Brustleiden zu vermuthen steht, die so häufig in den Skrofeln ihre Quelle haben, der Genuß des Weines deren schnelleren Ausbildung und gefährlicheren Richtung förderlich ist. Doch finden auch in den Skrofeln Ausnahmen von der Regel zuweilen statt.

Berücksichtigt man die Wirkung, welche der Wein speziell auf die Leber ausübt, so wird sich herausstellen, daß er in allen Leberkrankheiten von den nachtheiligsten Folgen sein muß.

Im Rheumatismus deuten die heftigen Schmerzen auf ein mächtiges Ergriffensein der Nerven. Ihre Reizbarkeit und Empfindlichkeit ist bedeutend erhöht. Die häufige Anschwellung und Röthung der vom Rheumatismus befallenen Theile beweist zugleich, daß das Blut zu Entzündungen neigt. Die Nachtheile des Weines in dieser Krankheit treten demnach klar genug hervor.

Die Hautausschläge lassen keinen Zweifel, daß sich im Blute sogenannte Schärfen erzeugen, und es versteht sich von selbst, daß der Wein, wie alle anderen scharfen Getränke, unter allen Umständen sie verschlimmern und deren Heilung verhindern muß. Dazu kommt noch, daß die in Warmbrunn vorkommenden Hautausschläge meist mit Gicht, Hämorrhoiden, Skrofeln u. dgl. in ursächlichem Zusammenhange stehen.

In den langwierigen Katarrhen der Athmungsorgane beweist schon der mit ihnen verbundene Husten, daß letztere in einem gereizten Zustande sich befinden und für die Regel den Genuß des Weines unzulässig machen, zumal Katarrhe, gegen welche Warmbrunns Thermen angewendet

werden, meist einen gichtischen oder hämorhoidalischen u. dgl. Charakter an sich tragen. Bei veralteten Schleimflüssen der Athmungswerkzeuge, wie sie in Warmbrunn der Behandlung sich darbieten, kann hingegen der Wein zuweilen von Nutzen sein. — Auch die langwierigen veralteten Diarrhöen und Schleimflüsse der Geschlechtstheile, gegen welche Warmbrunn hülfreich sich zeigt, stehen mit Gicht, Hämorrhoiden, Rheumatismus u. dgl. in Verbindung, so daß der Genuß des Weins hier die größte Vorsicht erfordert. — Im Blasenkatarrh muß der Wein seiner reizenden, den Urin scharf machenden Wirkungen wegen stets als eine Schädlichkeit betrachtet werden.

In allen Fällen, bei welchen die für Warmbrunn geeigneten Grundkrankheiten mit Reizungen der Nieren und des Herzens verlaufen, muß der Wein als starker Reiz stets aufs Strengste vermieden werden.

Die Krankheiten der Nerven, gegen welche Hülfe in Warmbrunn gesucht wird, sind selten primären Ursprungs, sondern stehen gleichfalls meist in einem Abhängigkeitsverhältniß von Gicht, Hämorrhoiden, Rheumatismus u. dgl., und schon aus diesem Grunde wird der Wein in der Regel von schädlichem Einflusse auf sie sein, abgesehen davon, daß manche Form derselben an und für sich eine Verschlimmerung durch ihn erfährt.

Ganz so verhält es sich in dieser Beziehung mit dem Weine in den Krankheiten der Sinneswerkzeuge.

Alle Metallkrankheiten verbieten den Wein, weil der in ihm enthaltene Weingeist die Metallwirkung höher potenzirt.

Daß aber auch die Kur dem Weingenuß entschieden entgegentritt, wird später nachgewiesen und begründet werden.

Es hält im Allgemeinen so schwer, die Kranken in Warmbrunn von dem täglichen und nicht immer ganz geringen Genuß des Weines abzubringen, weil man sich in der Regel auf die Gewöhnung an denselben beruft und von einer schädlichen Wirkung selten etwas wahrgenommen haben will, daß es zum Nutzen der Betheiligten uns wohl der Mühe werth schien, die Wirkungen des Weins im Allgemeinen und seine besonderen Beziehungen zu den für die Heilquellen Warmbrunns sich eignenden Krankheiten genauer, als es sonst zu diesem Zwecke zu geschehen pflegt, zu erörtern und zu verfolgen.

Die Weine sind bezüglich der Stärke ihrer weingeistigen Wirkungen und mancher Nebenwirkungen, zu denen auch eine mäßig stärkende zu

zählen ist, verschieden nach den Sorten, dem Alter, dem Lande, sowie dessen Boden, auf dem sie gedeihen, und der Behandlung, welcher sie unterworfen werden, weil diese Umstände auf die Verhältnisse ihrer Bestandtheile von Einfluß sind. In den alten, abgelagerten Weinen ist die Gährung vollkommen vollendet; darum enthalten sie verhältnißmäßig am wenigsten Zucker, aber auch am wenigsten Säure, jedoch desto mehr Weingeist. Solche Weine wirken stark reizend und erhitzend und berauschen schnell, greifen aber die Verdauung nicht feindlich an. Je mehr die Weine nach beendeter Gährung Zuckerstoff, aromatischen Riechstoff (Blume) und Weingeist und je weniger Säure sie dagegen besitzen, desto edler sind sie und mit desto größerer Stärke treten nach ihrem Genuß die erwähnten Wirkungen ein. Junge Weine enthalten noch verhältnißmäßig viel rohen Zucker, der die Gährung unterhält, daher sie bei geringerem Alkoholgehalt desto mehr Säure noch enthalten. Obgleich sie in diesem Zustande weniger reizende Kraft äußern, verderben sie leicht die Verdauung durch Säurebildung im Magen und Darmkanal, verschlechtern die Mischung des Blutes und geben hierdurch Veranlassung zu verschiedenen Säftekrankheiten, besonders zu Gicht, Hämorrhoiden, Steinbildung und Hautschärfen. Die an sich schon säuerlichen jungen Weine üben solch schädlichen Einfluß auf den Körper nur desto gewisser und leichter aus, wie denn überhaupt die Wirkung der Weine auch Modifikationen wahrnehmen läßt, je nachdem dieselben an sich süß, sauer oder herbe sind.

Die auch nach vollendeter Gährung süß bleibenden Südweine: Malaga, Madera, Muskat, Lünel, Tokayer u. dgl., sind sehr feurig und wirken mehr oder weniger stark erhitzend und erregend schon in kleinen Gaben. Sie müssen, wenn nur irgend ein leicht erregbares Gefäßsystems vorhanden ist, auch von den Kranken, welchen der Weingenuß gestattet ist, streng vermieden werden.

Die säuerlichen Weine: die Rheinweine, die Franken-, Neckar-, Mosel-Weine guter Qualität, wirken am wenigsten erhitzend.

Die herben Weine, besonders die Franzweine, obgleich ihr Weingeistgehalt nicht unbedeutend ist, sind dennoch durch die zugleich in ihnen vorhandene nicht unbedeutende Menge Weinsäure nicht sehr reizend, haben vielmehr etwas Kühlendes. Von gleichen Eigenschaften sind die französischen Rothweine, aber nur die Medocs; durch

den Gärbestoff jedoch, den alle Rothweine enthalten, wirken sie etwas zusammenziehend und pflegen bei Vielen die Darmausleerung anzuhalten. Die rothen Burgunderweine, die portugiesischen (Portweine) und die ungarischen herben Rothweine beschränken noch entschiedener die Stuhlausleerungen, und wegen ihrer Reichhaltigkeit an Weingeist erhitzen sie gleichzeitig in hohem Grade.

Die Ungarweine gehören zu den Blut und Nerven am stärksten aufregenden und erhitzend wirkenden Weinen.

Der Champagner als moussirender Wein erregt wegen seines bedeutenden Kohlensäuregehalts das Blut rasch und heftig und berauscht sehr schnell; allein seine Wirkungen sind flüchtig und gehen schnell vorüber. Sehr mäßig genossen, erquickt und erfrischt er ohne nachtheilig zu wirken. Der Champagner vermehrt auch die Urinabsonderung.

Durch Zusätze von Gewürzen wird die erregende, erhitzende Kraft der Weine um Vieles gesteigert; daher die heftig erhitzende Wirkung der Glühweine. Weniger ist dies beim Bischof der Fall.

Ein milder, gut abgelagerter, wenig Säure enthaltender Rhein- oder Mosel-Wein von gutem Jahrgang, desgleichen die Franz- und Medoc-Weine von gleichen Eigenschaften bekommen am besten.

Die gebrannten Wässer: die verschiedenen Branntweine und Liqueure, Arrak, Rum, gehören zu den am stärksten erhitzenden, die Blutgefäße und Nerven mächtig erregenden Getränken. Ihre Wirkung verdanken sie dem in der Regel in großer Menge in ihnen enthaltenen Weingeiste. Sie sind auf das Entschiedenste allen Kranken in Warmbrunn von größtem Nachtheil.

Die säuerlichen Getränke (Limonaden), welche bekanntlich durch Zusätze von Pflanzensäuren (Citronensaft, Weinsteinsäure) und Zucker zum Wasser bereitet werden, besitzen im Allgemeinen die Wirkung der Säuren, und es kann daher auf das, was über die Säuren als Zusätze zu den Nahrungsmitteln vorgebracht worden, Bezug genommen werden.

Die Milch, als Getränk oft gebraucht, hat ebenfalls schon bezüglich ihrer Wirkung und ihres Verhältnisses zu den für Warmbrunn geeigneten Kranken ihre Besprechung gefunden. Die Buttermilch ist wegen der Säure, die sie neben dem Milchzucker und geronnenen Eiweiß enthält, nur ausnahmsweise manchen Kranken zu gestatten.

Sie wirkt kühlend, erfrischend, auflösend. — Die saure Milch, Schlippermilch, enthält noch mehr Säure als die vorige. Im Uebrigen ist sie ihr ziemlich gleich. Sie verursacht leicht Säure in den Verdauungswegen, Gasentwickelung, Kolik. Die Kranken in Warmbrunn müssen von ihrem Genuß abstehen.

Der Kaffee. Die ungebrannten Kaffeebohnen enthalten folgende Bestandtheile: löslichen Eiweißstoff, einen eigenthümlichen, stark stickstoffhaltigen Stoff, Kaffeein, etwas Zucker, Gummi, eine geruchlose, fade schmeckende Fettart, etwas Harz, Gerbestoff, aromatische Kaffeesäure, 10 verschiedene Salze und Holzfaser. Durch das Rösten erhält der Kaffee eine empyreumatische Beimischung; auch entsteht durch dasselbe eine Zersetzung der Kaffeesäure, wodurch der angenehme, aromatische Geruch, welchen der gebrannte Kaffee verbreitet, entwickelt wird. Die Güte des Kaffees ist um so größer, je mehr derselbe Kaffeein, Kaffeesäure und Gerbestoff enthält. Erstere Substanz ist der wirksamste Bestandtheil des Kaffees.

Der Kaffee übt auf die Nerven und von ihnen aus erst auch auf die Blutgefäße eine erregende Wirkung aus. Der beregte Einfluß auf die Nerven erstreckt sich bis auf das Gehirn; daher seine ermunternde, gedankenweckende Kraft. Deshalb lieben die Denker den Kaffee, die Dichter den die Phantasie erhitzenden Wein. Und hierin möchte schon der Unterschied in der Wirkung des Kaffees und des Weines auf das Gehirn und die Nerven recht bezeichnend angedeutet sein. Talleyrand verlangte, daß der Kaffee schwarz wie die Hölle, heiß wie der Teufel, süß wie die Liebe sei. Nur letzterem können wir beistimmen. Denn der starke, schwarze und heiße Kaffee steigert die ermunternde Wirkung bis zu der Höhe, daß der wohlthätige Schlaf, das beste Ersatzmittel für die durch geistige Anstrengung erschöpfte Hirnkraft, verscheucht wird, und zieht bei längerem Gebrauch ein anhaltendes krankhaftes Vibriren der Bewegungsnerven nach sich, das mit der Zeit in auffallende Abspannung derselben übergeht. Da der Kaffee aber auch die Blutgefäße bedeutend reizt, den Blutumlauf ansehnlich beschleunigt und die Pulse voll und hart werden läßt, so sind Rahm und Zucker ganz geeignete mildernde Zusätze. Mit dieser Beimischung ist der nicht zu stark bereitete warme, aber nicht heiße Kaffee mäßig genossen ein sanft belebendes und erregendes, etwas nährendes, die Verdauungsorgane stärkendes Getränk, welches im Allgemeinen den Kranken in Warmbrunn zu genießen um so mehr gestattet

werden kann, als die Gewöhnung an ihn seine Kraft abgestumpft hat. Nur wenn das Blut geneigt ist, leicht in Wallung zu gerathen, wenn Vollblütigkeit vorhanden ist, muß er vermieden werden. Eben so werden sehr reizbare, nervöse Frauen wohlthun, das Kaffeetrinken zu unterlassen. Auch Diejenigen, welche viel von Hämorrhoiden und Gicht zu leiden haben, besonders wenn sie noch jung und kräftig sind, müssen in Rücksicht seiner allgemeinen Wirkungen dem Kaffeegenuß entsagen. Der Kaffee hat noch die Eigenschaft, die Leber zu reizen und die Gallenabsonderung zu verstärken. Aus diesem Grunde müssen auch Leberkranke den Kaffee vermeiden.

Der Thee enthält etwas Pflanzenfaserstoff (Kleber), Gummi, ein aromatisches Harz, einen flüchtigen Stoff, Holzfaser und Gerbestoff. Der letztere Bestandtheil ist in dem grünen Thee in größerer Menge als in dem schwarzen oder braunen enthalten.

Auch der Thee gehört zu den erregend wirkenden Getränken. Sein erregender Einfluß ist aber mehr auf das Nerven= als auf das Gefäß=System gerichtet. Wie der Kaffee, belebt auch der Thee die Hirnthätigkeit und verursacht Munterkeit und Wohlbehagen. Durch seinen nicht unbedeutenden Gerbestoffgehalt erhält der Thee noch eine zusammenziehende Eigenschaft. Der Verdauung ist er nicht feindlich, befördert sie sogar. Nicht oft genossen, nicht zu stark zubereitet und gemildert durch Beimischung von Rahm und Zucker, ist er im Allgemeinen von keinem Nachtheil für Gesunde, vielmehr ein sanft belebendes, wohlbehagliches Getränk; alltäglich aber, besonders stark zubereitet genossen, hält er die Nerven in steter Aufregung, verstimmt sie und erschlafft mit der Zeit deren Kraft. Das viele und alltägliche Theetrinken der höhern Stände ist die Quelle vieler Nervenleiden, denen besonders die Damen verfallen, weil ihr Nervensystem an und für sich schon empfindlicher und reizbarer ist. Der grüne Thee ist von stärkerer Wirkung als der schwarze.

Den Kranken in Warmbrunn kann der Genuß des Thee's, des grünen besonders, nur ausnahmsweise gestattet werden. Seine unfreundliche Beziehung zu den Nerven macht es einsichtlich, daß er für diejenigen sich nicht eignet, deren Nervensystem in irgend einer Weise angegriffen ist. Auf hysterische und hypochondrische Nervenverstimmung wirkt der Thee besonders ungünstig. Kranken, deren Gefäßsystem leicht erregbar, sehr beweglich ist, verursacht der Thee in der Regel Blutwallungen und allgemeine Aufgeregtheit. Phlegmatische Naturen vertragen den Thee noch

am ehesten. Die jugendlichen Kranken möchten durchweg auf den Genuß des Thee's verzichten.

Inwiefern auch die Kur den Genuß des Thee's beschränkt, davon in der Folge.

Chokolade, von gerösteten Kakaobohnen, Zucker und Gewürzen bereitet, ist ein stark nährendes, aber nicht ganz leicht verdauliches Getränk. Mit Milch und Eiern zubereitet, wird ihre Nahrhaftigkeit vermehrt. Vermöge des brenzlichten Empyreuma's, welches die Kakaobohnen durch Rösten annehmen, und der gewürzigen Zusätze erhält die Chokolade auch eine recht erhebliche reizende Kraft, welche auf die Blutgefäße sich richtet, daher sie auch so leicht Blutwallungen und Erhitzungen verursacht. Der letzteren Wirkung wegen ist die Chokolade einem großen Theil der Kranken in Warmbrunn nicht zuträglich, und besonders muß sie von Gichtkranken, Hämorrhoidariern, zu Blutwallungen Geneigten und bei Gereiztheit der Nerven vermieden werden. Geschwächte Verdauung verbietet gleichfalls ihren Genuß, desgleichen die Disposition zu Leibesverstopfung, weil sie die Darmausleerung behindert, oder anhält. Viel milder und deshalb dem Genusse eher gestattet ist die gewürzlose Chokolade, die sogenannte Gesundheits-Chokolade. Hingegen ist der von gerösteten Kakaoschaalen bereitete Aufguß, mit etwas Milch und Zucker versetzt, ein mild nahrhaftes, schwach erregendes Getränk, welches in Fällen, die den Kaffee und Thee unzulässig machen, ein zweckmäßiges und wohlschmeckendes Surrogat für dieselben darbietet.

Kaum kann es der Aufmerksamkeit entgangen sein, daß durch die bisher verfolgte Darstellung der Lebensordnung, welche die zweckentsprechende Ernährungsweise der Kranken in Warmbrunn zum Ziele hat, sich der Gedanke durchzieht, daß die Nahrungsmittel und Getränke in Krankheiten überhaupt und ganz besonders in langwierigen Krankheiten, welche, wie die bezüglichen, in den Säften Wurzel schlagen, nicht die alleinige Bestimmung haben können und dürfen, das, was der Organismus durch seine Thätigkeit an festen und flüssigen Stoffen verliert, zu ersetzen, sondern daß sie, Arzneien gleich, hauptsächlich auch die Absicht erreichen lassen müssen, Veränderungen der Mischung in den flüssigen und festen Körpertheilen und Umstimmungen der verschiedenen Lebenskräfte des Organismus, wie sie der Natur und dem Wesen der einzelnen Krankheiten sowie dem Zweck der Heilung entsprechen, hervorzurufen. — Nachdem nunmehr die vielfältigen Nahrungsmittel und Getränke in Beziehung

auf ihre Bestandtheile, allgemeine Eigenschaften, Nahrhaftigkeit und Verdaulichkeit in Betracht gezogen, nachdem auch ihre verschiedenen Wirkungen, die sie einzeln auf Nerven, Blut und auf die Ab- und Aussonderungsorgane auszuüben vermögen, hervorgehoben worden, lassen sich erst die Wechselverhältnisse, in welchen sie je nach ihrer Besonderheit zu den betreffenden Krankheiten stehen, und die Beziehungen, welche sie zur Heilung der letztern haben, mit der Helligkeit und Klarheit überblicken, die nöthig ist zur vollen Erkenntniß der großen Wahrheit, daß es ohne eine entsprechende Umänderung der Ernährungsweise ein vergebliches Bemühen bleiben muß, vermittelst der Heilquellen Warmbrunns Krankheiten, die noch dazu größtentheils Abweichungen der Säfte von ihrer Normalbeschaffenheit erkennen lassen, beseitigt sehen zu wollen.

Nur ein Umriß zwar, und auch der sogar nur in großen Zügen gezeichnet, kann zur Erlangung des obgedachten Ueberblicks hier entworfen werden; denn jede dahin zielende größere Ausführung möchte für den vorliegenden Zweck zu weit führen. Doch sollen in hellen Farben gerade die Lichter in den Umrissen hervortreten, welche am geeignetsten sind, allen bisherigen Beleuchtungen des Verhältnisses der Krankheitsdiät zur Krankheitsheilung die wahre Deutung und Bedeutung zu geben. Im Uebrigen ist schon in Rücksicht dessen, bei der Betrachtung der einzelnen Nahrungsmittel und Getränke, der Einfluß, den diese auf den Verlauf und Ausgang der besonderen Krankheiten auszuüben im Stande sind, wenn auch nur zum Theil und meist nur ganz allgemein, Gegenstand der Besprechung gewesen.

Wenn nachgewiesen worden, daß in der Gicht das Blut in regelwidriger Weise überreich an Stickstoff wird, mehr Faserstoff enthält und gerinnbarer ist, als im gesunden Zustande, so ergiebt sich augenscheinlich, daß es in allen gichtischen Krankheiten gerathen sein wird, den Genuß des stickstoff- und faserstoffreichen Fleisches und gleichhaltiger Pflanzennahrungsmittel möglichst zu beschränken und bei der, mit Recht üblichen gemischten Nahrung die leichtere Pflanzenkost vor der Fleischkost im Allgemeinen vorwalten zu lassen. Da es aber Säurebildungen (Harnsäure, Milchsäure) sind, in welchen der zu große Stickstoffgehalt des gichtischen Blutes hervortritt, und diese letzterem in krankhafter Weise eine sauere Beschaffenheit beibringen, wozu auch noch anders geartete Säureerzeugung in ihm das Ihrige beiträgt, so leuchtet es genugsam hervor, daß alles

Saure und alle sonstigen Speisen und Getränke, die in den Verdauungswegen leicht Säure erzeugen, in der Gicht und allen mit ihr im Zusammenhange stehenden Uebeln als entschiedene Schädlichkeiten zu erachten sind, weshalb auch in der Regel so nachdrücklich von den Aerzten gegen deren Genuß angekämpft wird. — Der Unterleib, die Pfortader nämlich und ihre Verzweigungen, so wie das Organ der Gallenbildung, die Leber, wurde als der Heerd bezeichnet, auf dem die Gicht sich heranbilde. Es wurde gezeigt, daß daselbst, oft lange bevor die charakteristischen Gichterscheinungen in den Gelenken zum Vorschein kommen, in Folge erst beschleunigter, dann mehr stockender Blutbewegung eine Ueberfüllung von Blut entsteht, wodurch die Leber in ihrer Function gehindert, die durch sie zu vollbringende Entkohlung des Blutes gestört und auf die Weise dessen Kohlenstoffmenge ansehnlich vermehrt wird. Daß die an Kohlenstoff allzureichen weingeistigen Getränke und stark gewürzten Speisen, die nicht nur zur Vermehrung des Kohlenstoffgehalts im Blute beitragen, sondern auch vermöge ihrer reizenden Wirkungen auf die Blutgefäße die Unterleibsvollblütigkeit steigern müssen, der Gichtentwickelung im hohen Grade günstig und aus diesem Grunde entschieden aus der Diät der Gichtkranken zu verbannen sind, liegt hiernach klar vor Augen. Starke Weintrinker und starke Fleischesser, so wie die Gewürze liebenden Gourmands verfallen bekanntlich am öftersten der Gicht. — Unter den Aussonderungsorganen ist es der Darmkanal, welcher in der Gicht als besonders geneigt zu verminderter Thätigkeit bezeichnet wurde. Es versteht sich also ganz von selbst, daß in der Gicht gerbestoffhaltige Nahrungsmittel und Getränke, weil sie die Darmthätigkeit anhalten, und überhaupt alle diejenigen, die leicht Verstopfung verursachen, nur von Nachtheil sein können.

Da in den Hämorrhoiden, wie dargelegt worden, die abweichende Beschaffenheit des Blutes sowohl hinsichtlich seiner Mischung als Bewegung ganz gleich ist wie in der Gicht, so lange sich der gichtische Krankheitsprozeß noch auf das Gebiet der Pfortader beschränkt hält, desgleichen aber auch der regelwidrige Zustand des Unterleibs und alle übrigen Krankheitserscheinungen, welche die erste Entwickelungsperiode der Gicht bezeichnen, das Krankheitsbild der Hämorrhoiden charakterisiren, so ist der Beweis, daß das diätetische Verhalten bezüglich der Speisen und Getränke in allen hämorrhoidalischen Krankheiten mit dem in den gichtischen zusammenfällt, um so gewisser gegeben, als der leichte und

häufig erfolgende Uebergang der Hämorrhoiden in Gicht in der Erfahrung fest begründet steht.

Ein Rückblick auf die wesentlichen Erscheinungen der Bleichsucht wird bald überzeugen, daß in dieser Krankheit die Eigenschaften des Blutes fast entgegengesetzt sind denen der beiden vorher gedachten Krankheiten. In der Bleichsucht fehlt es nämlich dem Blute an dem nöthigen Stickstoff, und zwar hauptsächlich durch den nicht in gehöriger Menge vorhandenen Faserstoff, das Blut ist überhaupt wässrig und arm an festen Bestandtheilen. Ganz natürlich tritt demnach die Nothwendigkeit hervor, in dieser Krankheit solche Nahrungsmittel und Getränke zu empfehlen, welche wegen ihres Reichthums an stickstoffhaltigen Substanzen am ehesten und leichtesten vermögend sind, dem Blute den fehlenden Stickstoff zu ersetzen und dasselbe überhaupt gehaltvoller an Bildstoffen werden zu lassen. Wenn also angerathen wird, in der Bleichsucht die fast nur aus stickstoffigen Materien bestehenden, am leichtesten in Blut sich verwandelnden, milderen, fettlosen Fleischspeisen mehr zu genießen als Pflanzenspeisen und von letztern diejenigen besonders zu vermeiden, welche, wie z. B. das säuerliche Obst, die kräuterartigen Gemüse, das Blut verdünnen, so hat dies seinen tiefen Grund, indem hierdurch eine Umstimmung der Ernährung, eine Verbesserung des Blutes als nothwendige Bedingungen der Heilung zu erzielen erstrebt wird. — Die Thatsache, daß alle Säuren den Farbstoff des Blutes angreifen und ihn zerstören, muß alle Zweifel über die Schädlichkeit aller Säure enthaltenden Speisen und Getränke in der Bleichsucht heben, da wir ja wissen, daß das Blut Bleichsüchtiger, wie ihr blasses Aussehen dies genügend beweist, an den farbigen Blutbestandtheilen eben großen Mangel leidet. — Diejenige Form der Bleichsucht wurde als für die Heilquellen Warmbrunns sich eignend hervorgehoben, deren Ursprung in gestörter Blutbewegung, in Stockungen des Blutes in der Unterleibshöhle zu finden ist. Welche Krankheit aber auch immer aus dieser Quelle entspringen mag — und dies findet bei dem größten Theile der langwierigen Leiden statt — stets ist mit ihr eine stärkere Verkohlung des Blutes, verlangsamte Darmausscheidung und leichte Störbarkeit der Verdauung verbunden. Ganz gerechtfertigt ist also die Maßregel, in dieser Form der Bleichsucht besonders zu verhindern, daß nicht schwerverdauliche, die Darmausleerung hemmende, die Zirkulation des Blutes erschwerende Nahrungsmittel und Getränke, wie z. B. gröbere, fettere Fleischarten, die Hülsenfrüchte, die Gewürze, der viel Gerbestoff enthaltende warme Thee und Kaffee, genossen

werden. Die Erfahrung wird leicht nachweisen können, daß der häufige Genuß des Thees, Kaffees, gewürzhafter Leckereien bei spärlichem Fleischgenuß und die Vorliebe für Gemüse und Sallate, verbunden mit sitzender Lebensweise, gemeinsam die äußere Ursachen sind, welche am öftersten zur Entstehung der Bleichsucht bei jungen Mädchen aus den höheren Ständen beitragen und daß dieses Uebel in den ärmeren Klassen sich in Folge der durch die Verhältnisse gebotenen Beschränkung der Nahrung auf Pflanzenkost am häufigsten hervorbildet.

Die Skrofeln wurden als eine Krankheit dargestellt, in welcher die eigentlichen, Substanz gebenden stickstoffigen Nährstoffe des Blutes, besonders der bei der Muskelerzeugung hauptsächlich zur Verwendung kommende Faserstoff nicht den nöthigen Grad der Ausbildung erlangt, die Eiweißerzeugung und die kohlenstoffigen Verbindungen im Blute vorherrschend sich zeigen, während der Farbstoff des Blutes vermindert und der Gehalt an Blutkörperchen geringer als gewöhnlich ist, ein Blutzustand, der manche Aehnlichkeit hat mit dem in der Bleichsucht.

Ueberblickt man die Nahrungsmittel aus dem Pflanzenreiche ihren Bestandtheilen nach, so wird man finden, daß selbst die nahrhafteren, wie z. B. die Kartoffel, die Pilze, die Kohlarten, die Rüben, ihre Nahrhaftigkeit lediglich dem Eiweißstoff, als der einzigen in ihnen enthaltenen stickstoffhaltigen Substanz, verdanken und daß selbst die stark nährenden Hülsenfrüchte und mehligen Getreidearten sehr reich an Pflanzeneiweiß sind, daß aber auch überhaupt, wie ja ausdrücklich hervorgehoben wurde, die stickstoffigen Nahrstoffe in den Pflanzen gegen ihre kohlenstoffigen weit zurücktreten. Wird dies im Auge behalten und zugleich die, im Vergleich mit der thierischen Nahrung, viel schwierigere und viel verwickeltere Umwandlung der Pflanzennahrung in Bestandtheile des Blutes nicht außer Acht gelassen, so liegt es, mit Hinblick auf die abweichenden Eigenschaften des skrofulösen Blutes, der Einsicht ganz nahe, daß im Allgemeinen die Pflanzennahrungsmittel und ganz besonders diejenigen, welche neben ihren kohlenstoffigen Nahrstoffen lediglich nur Eiweiß besitzen, die Ausbildung und das Fortschreiten der Skrofelkrankheit zweifelsohne begünstigen müssen, daß hingegen zweckmäßig gewählte, fettlose thierische Nahrungsmittel, schon weil sie nur aus Stoffen bestehen, welche die Hauptbestandtheile des Blutes ausmachen und am leichtesten und reinsten eine Blutverähnlichung erfahren, am meisten vermögend sein werden, dem von seiner höheren Entwickelung weit zurückgekommenen Blute in den Skrofeln den vollkommen-

sten thierischen Charakter, wie ihn das gesunde Menschenblut an sich trägt, wieder zu verschaffen und somit zur Entfernung der Krankheit das Mögliche beizutragen. Daß die diätetische Maßregel gerechtfertigt ist, in den langwierigen, ohne Fieberaufregung verlaufenden skrofulösen Krankheiten die Nahrung hauptsächlich aus leicht verdaulichen Fleischspeisen bestehen zu lassen und Pflanzennahrungsmittel im Allgemeinen möglichst zu beschränken, wird demnach Niemand des Ernstes bestreiten wollen. Menschen, welche in die traurige Nothwendigkeit kommen, sich vorzugsweise von Pflanzenspeisen zu nähren, werden, auch wenn sie keine Spur von Skrofeln an sich tragen, in der Regel schlaff und kraftlos, sehen bleich und aufgedunsen aus, weil sie mehr Fett als Fleisch ansetzen. Am häufigsten ist daher die Skrofelkrankheit in der Klasse der Bevölkerung zu Hause, deren tägliche Nahrung fast ausschließlich aus Kartoffeln, Gemüsen, grobem Brote, Mehlbrei, Graupen, Hirse u. dgl. besteht.

Da in den Skrofeln, ähnlich wie in der Bleichsucht, das Blut arm an Farbstoff ist, so wird es sicherlich ganz natürlich gefunden werden, Säuren, deren farbstoffzerstörende Wirkung wir bereits kennen, aus der Diät Skrofulöser auszuschließen. Ein anderer nahe liegender Grund, in den Skrofeln nicht nur alle mit Säuren bereiteten Speisen und Getränke, sondern auch solche, die an sich leicht Säure erzeugen, für unzuläßig zu erachten, ist die in dieser Krankheit immer vorhandene große Geneigtheit zu Säurebildung in den Verdauungswegen.

Die in den Skrofeln vorwaltende Neigung der Lymphe, zu gerinnen und in Stockung zu gerathen, verbietet, wie bereits früher erörtert worden, schon deshalb für die Regel den Genuß des Weines, weil der Weingeist eben gerade die Wirkung hat, die Lymphe zum Gerinnen und Stocken zu bringen. Daß die gebrannten Wässer, deren Weingeistgehalt meist viel größer ist, als der des Weines, jene Wirkung in weit höherem Grade äußern müssen und darum in den Skrofeln durchaus keine Anwendung finden dürfen, wird auf keinen Widerspruch stoßen; anderer Nachtheile hierbei nicht zu gedenken, welche dergleichen scharfe Getränke zur Folge haben.

Die stark säurehaltigen Aussonderungsstoffe durch Haut und Nieren, und der in den Frieselbläschen enthaltene sauer reagirende flüssige Inhalt im Rheumatismus geben die volle Berechtigung zur Annahme einer Uebersäuerung des Blutes. Andererseits beweisen die aus Salzen bestehenden starken Niederschläge im Urin, daß in dieser Krankheit die salzhaltigen festen Bestandtheile sich im Blute viel reichhaltiger als im gesunden

Zustande erzeugen. Daß unter so bewandten Umständen Säuren, mit Säuren bereitete, in saure Gährung leicht übergehende Speisen und Getränke und stark gesalzene Nahrungsmittel nicht am Platze sein können, wird nicht befremden. — Ebenso wird die Vorschrift, im Rheumatismus die Pflanzenkost mehr vorwalten zu lassen und sich mit dem mäßigen Genuß leicht verdaulicher, nicht sehr reizender und erhitzender Fleischspeisen zu begnügen, eine Stütze finden an der Erwägung, daß das Blut Rheumatischer zu vorherrschender Faserstoffbildung und zur Entzündlichkeit und Ausschwitzung hinneigt; ein normwidriger Zustand des Blutes, der durch kräftige, reichliche Fleischnahrung gerade begünstigt wird. Aus gleichen Gründen gehören auch Gewürze und scharfe Getränke, deren reizende und erhitzende Wirkung auf das Blut ja bekannt ist, zu den verbotenen Genüssen im Rheumatismus. — Ruft man in die Erinnerung zurück, daß die äußern Ursachen des Rheumatismus zuerst und vorzugsweise die Nerven treffen, ihre Reizempfänglichkeit steigern und die heftigsten Schmerzen in den betroffenen Nervenpartieen hervorrufen, so wird gewiß auch in dieser Rücksicht nicht gebilligt werden können, gewürzhafte Speisen und weingeistige Getränke, welche bekanntermaßen wie das Blut, so auch die Nerven mächtig reizen und erregen, und überhaupt alle Nahrungsmittel und Getränke, denen ein gleicher Einfluß auf die Nerven beigelegt worden, zu genießen. Da im Rheumatismus häufig die Hautaussonderung herabgesetzt ist und die Krankheit sich dann hauptsächlich durch Hautkrisen, durch Schweiß, zu entscheiden pflegt, so werden Getränke, welche, ohne zu erregen, der Hautthätigkeit förderlich sind, leicht begreiflich ihren wohlthätigen Einfluß nicht verfehlen.

Es mag genügen, lediglich in Betreff der Hauptkrankheiten, welche vermittelst der Heilquellen Warmbrunns behandelt zu werden pflegen, den, obgleich nur skizzenhaften, dennoch aber fest begründeten Nachweis geführt zu erhalten, daß ohne eine den speziellen Krankheitszuständen genau entsprechende Regulirung der Ernährungsweise, eine gründliche Heilung derselben nicht erwartet werden könne. Diese Beschränkung kann um so eher genügen, als von diesen Krankheiten die betreffenden übrigen meist in Abhängigkeit stehen. Muß nicht aber auch die, eine Verbesserung der Säfte, Entfernung krankhafter Erzeugnisse, Regelung gestörter Blutbewegung und Umstimmung der Nerventhätigkeit erzielende Wirkung der Heilquellen zunichte gemacht werden, wenn man während ihres Gebrauchs und der Zeit, in welcher ihre Nachwirkung zu erhoffen steht, Nahrungsmittel und Getränke genießt, welche

wiederum Stoffe in das Blut bringen, die im Stande sind, grade die in bestimmter Weise sich kundgebende krankhafte Stoffmischung des Blutes zu nähren und zu unterhalten, die Thätigkeit der Ausscheidungsorgane, durch welche die Ausfuhr des Krankhaften geschehen soll, zu beschränken oder selbst gar zu verhindern, die vorhandenen Störungen der Blutbewegung zu begünstigen, wo nicht noch zu steigern und die zu erwartende Veränderung des Nervenlebens durch entgegengesetzte Wirkung auf die Nerven zu vereiteln?

Alles, was im bisherigen Verfolg der Diätetik über das Verhalten in Betreff der Speisen und Getränke erörtert worden, berührt nur die Beziehungen der letzteren zu den Krankheiten. Plangemäß bleibt anjetzt noch übrig, auch die Beziehungen, in welchen die gebräuchlichen Nahrungsmittel und Getränke im Allgemeinen zu den Heilquellen stehen, in Betracht zu ziehen, um hierdurch wiederum Anhaltspunkte zu gewinnen, zur Begründung von Regeln für die Lebensordnung, die dahin zielen, festzustellen, welches desfallsige Regim eingehalten werden müsse, um von dieser Seite her die Wirkungen der Heilquellen in keiner Weise zu beeinträchtigen, sie vielmehr zu unterstützen. Zwei Gesichtspunkte sind hierbei hauptsächlich festzuhalten nöthig. Der eine betrifft den Einfluß, welchen die Heilquellen mehr im Allgemeinen auf den Körper ausüben, der andere berücksichtigt die chemische Konstitution der Heilquellen.

Bei der Belebung aller Lebenskräfte, welche die warmbrunner Schwefelthermen bewirken, ist es bekanntermaßen ganz besonders die Bewegungskraft der Blutgefäße, die ansehnlich erhöht wird. Wir wissen bereits, daß, vorzüglich als allgemeine Bäder angewendet, diese Thermen ein nicht unbeträchtlicher Reiz sind für das Blutgefäßsystem, so daß sie das Gegenwirkungsvermögen der Blutgefäße erhöhen und den Kreislauf des Blutes beschleunigen. Aus diesem Grunde dürfen ja auch Vollblütige und Solche, die ein zu leicht erregbares Gefäßsystem haben, die Bäder Warmbrunns nicht gebrauchen, weil sie eben dergleichen Individuen zu sehr aufregen und erhitzen. Daß also auch von Seiten der Kur nur mäßiger Genuß der am wenigsten reizenden Fleischspeisen, das Vermeiden der erhitzenden Gewürze und der scharfen, wie aller den Säfteumtrieb zu sehr verstärkenden Getränke, überhaupt milde Nahrung, mildes Getränk geboten ist, tritt somit klar hervor. — Dieselben diätetischen Vorschriften kommen zu voller Geltung in Rücksicht auf die Wirkung der Heilquellen, insoweit sie sich auf die Nerven bezieht. Die Energie des Gesammtnervensystems wird zwar

durch die Heilquellen Warmbrunns gehoben, sie stimmen aber dabei das Empfindungsleben der Nerven, falls eine Steigerung desselben eintritt, herab, wodurch sich ihre schmerzstillende, nervenberuhigende Wirkung erklärlich macht. Vorwaltende, kräftige Fleischnahrung, mit Gewürzen zubereitete Speisen, weingeistige, stark gewürzhafte Getränke, welche, wie gezeigt worden, die Reizempfänglichkeit der Nerven steigern, müssen natürlich dieser Wirkung der Heilquellen stracks entgegentreten. — Die Ausscheidungen des Darmkanals, der Haut, der Lungen und der Nieren werden durch die warmbrunner Schwefelquellen gefördert. Auf diese Weise fördern diese auch die Wegführung der in den Krankheiten sich bildenden Krankheitsstoffe, ohne welche eine Genesung unmöglich ist. Alle Nahrungsmittel und Getränke, von denen es bekannt worden, daß sie die Darmausscheidung anhalten und verzögern, ferner solche, welche, indem sie, wie z. B. das künstlich zubereitete Eis, kaltes Getränk von sehr niedriger Temperatur, dem Körper in bedeutendem Maße Wärme entziehen, zugleich die Haut- und Lungen-Ausdünstung beträchtlich vermindern und diese Wirkung, wenn sie häufiger genossen werden, nachhaltig machen, werden unstreitig den günstigen Einfluß, welchen die Heilquellen in gedachter Weise auf die Ausscheidungsorgane ausüben, nicht aufkommen lassen. Hingegen unterstützen viele Nahrungsmittel; so unter andern die erlaubten Gemüse, gekochtes süßes Obst, und unter den Getränken das gewöhnliche Quellwasser die auf den Darmkanal gerichtete lösende Kraft der Heilquellen, während deren die Haut- und Lungen-Ausdünstung fördernde Wirkung schon an den für gewöhnlich warm genossenen Getränken und Speisen ein Beihülfsmittel findet sowie die dem Genusse gestatteten Flüssigkeiten schon als solche dazu beitragen, die durch die Heilquellen lebhaft angeregte Nierenausscheidung noch mehr zu verstärken.

Die chemischen Eigenschaften der Heilquellen verlangen die Rücksicht, daß nicht Speisen und Getränke genossen werden, die Stoffe enthalten, welche vermögend sind, chemische Verbindungen mit den mineralischen Bestandtheilen des Mineralwassers einzugehen oder Zersetzungen desselben zu bewirken, durch welche dessen ursprüngliche chemische Beschaffenheit und Wirksamkeit nachtheilig abgeändert werden.

Laugensalze, auch Alkalien, Basen genannt, gehören zu den wichtigsten Bestandtheilen der Warmbrunner Heilquellen, weshalb diese auch zu den laugensalzhaltigen Mineralquellen gezählt werden. Jene chemischen Körper bilden einfache Verbindungen von Sauerstoff und sogenann-

ten Leichtmetallen. Sie zeichnen sich dadurch aus, daß sie eine große chemische Verwandtschaft zu allen Säuren zeigen und beim Zusammentritt mit diesen sich sofort mit ihnen verbinden, wodurch ganz neue chemische Körper, Salze, entstehen, in denen nunmehr weder die Eigenschaften der Säuren noch die der Alkalien zu entdecken sind, und deren Einfluß auf den menschlichen Organismus ganz anderer Art ist, als der der Alkalien im früheren Zustande. Wenn früher gesagt worden, daß die Heilquellen Warmbrunns die im Magen, Darmkanal und im Blute in krankhafter Weise sich erzeugenden Säuren tilgen, so verdanken sie diese Wirkung eben den Alkalien, die sie enthalten. — Auch der Schwefelwasserstoff, ein Hauptbestandtheil der Warmbrunner Heilquellen, erfährt durch Säuren, namentlich durch Essigsäure, eine chemische Umgestaltung. Wird nämlich Schwefelwasserstoffgas durch Essigsäure gelassen, so entsteht ein feiner, gelber, pulveriger Niederschlag, der wie wahrer Schwefel brennt. Es erklärt sich hierdurch deutlich genug, warum an alle Kranke, welche sich der Kur in Warmbrunn unterziehen, die strenge Warnung ergeht, sich aller Säuren, aller an sich schon säuerlichen oder mit Säuren bereiteten Speisen und Getränke zu enthalten und eben so alle genießbaren Dinge zu vermeiden, die in den Verdauungswegen und von da aus im Blute Säurebildung leicht nach sich ziehen oder, wie besonders der Käse, daselbst leicht in Gährung übergehen. Die oben bezeichneten chemischen Prozesse kommen ganz so, wie sie geschildert worden, auch im menschlichen Körper zu Stande.

Thierische Fette, darunter die Butter, trennen leicht den Sauerstoff von den mineralischen Körpern, an denen derselbe gebunden vorkommt, und verändern ihre chemischen Eigenschaften; man würde in der Kunstsprache sagen, letztere werden durch erstere desoxydirt. Es muß demnach einleuchten, weshalb auch die Fette und alle mit Fetten reichlich bereiteten Speisen für die Kur in Warmbrunn als große Schädlichkeiten anzuerkennen sind.

Leichtverdaulichkeit der Speisen und Getränke ist auch für die Kur ein nothwendiges Requisit. Jegliche Magenverderbniß, wozu schwer verdauliche Speisen und Getränke so leicht Veranlassung geben, verhindert die normale Verarbeitung des Aufgenommenen von Seiten der Verdauungsorgane, und es kommen sodann rohe, schädliche Stoffe ins Blut, welche die Wirkung der Heilquellen theils erschweren, theils

gänzlich hindern; außerdem aber legt sie häufig die Nothwendigkeit auf, die Kur zu unterbrechen.

Wird das Warmbrunner Mineralwasser auch getrunken, so muß den Verdauungswegen in jeglicher Beziehung nur um so dringlicher die größte Aufmerksamkeit zugewendet werden; denn alsdann kommen mit dem Mineralwasser alle Nahrungsmittel und Getränke in unmittelbare Berührung, und was sie Schädliches für dasselbe enthalten, macht sich schon vor seinem Eingehen in den Säftestrom wesentlich geltend, wobei in der Regel eine alsbaldige nachtheilige Rückwirkung auf die Verdauungsorgane nicht ausbleibt. Leidet die Verdauung, so kann der getrunkene Brunnen nicht nur nicht gehörig verdaut werden, sondern es gehen auch Zersetzungen desselben im Magen und Darmkanal vor, wodurch die Verdauungsthätigkeit noch mehr zum Sinken kommt und entartete Stoffe ins Blut gelangen.

Für die fremden auflösenden mineralischen Trinkwässer, welche auf besondere Anordnung neben den Warmbrunner Schwefelbädern in Gebrauch gezogen werden, gelten bezüglich der Speisen und Getränke größtentheils dieselben allgemeinen diätetischen Regeln, welche für die Mineralquellen Warmbrunns gegeben sind, wenngleich im Einzelnen manche andere Gründe für sie vorliegen. Das geschärfte Verbot des Buttergenusses und anderer Fette so wie der Säuren, roher Früchte, Käse u. dgl. bei Anwendung der Karlsbader und Marienbader und einiger anderer Trinkbrunnen ist vollkommen gerechtfertigt durch die große Reichhaltigkeit derselben an solchen mineralischen Bestandtheilen, welche vermöge jener Substanzen in oben angegebener Weise chemische Umänderungen erfahren. Es versteht sich von selbst, daß die hierauf folgenden nachtheiligen Rückwirkungen auf den Körper auch weit stärker als bei minderstoffhaltigen Mineralwässern und oft, je nach der Individualität der Kranken, in gefährlicher Weise eintreten müssen. — Werden neben den Bädern in Warmbrunn zu gleicher Zeit eisenhaltige Mineralbrunnen getrunken: Eger-Franzensbrunnen, die Eisensäuerlinge in Flinsberg, Kudowa und andere ähnliche, so verdienen Getränke, welche, wie der Kaffee, Thee, die rothen herben Weine, Gerbestoff enthalten, gewiß mehr Berücksichtigung, als ihnen in der Regel geschenkt wird. Der Gerbestoff bringt nämlich das Eisen aus seinen Verbindungen, wodurch dasselbe in den Mineralbrunnen gelöst erhalten wird, und schlägt dasselbe als reguliniſches Eisen nieder. Die geringste Rücksicht, die man hierbei zu nehmen hat, ist, mehrere Stunden zwischen dem Gebrauch der eisen-

haltigen Brunnen und dem Genuß jener gerbestoffhaltigen Getränke vorübergehen zu lassen, damit letztere nicht mit den ersteren noch in den Verdauungswegen zusammentreffen. Gewiß ist es zweckmäßiger und ersprießlicher, unter diesen speziellen Umständen jenen Getränken ganz zu entsagen. Diese Vorschriften möchten sich vorzugsweise auf den Kaffee beziehen, der am häufigsten als erstes Frühstück nach dem Brunnentrinken gebraucht wird; denn der Thee wird bei uns selbst von Denen, die ihn lieben und von ihm nicht lassen wollen, sehr selten zum Frühstück genossen. Auf den Wein hat diese Maßregel nur insofern Bezug, als er nicht selten gegen das ihn treffende Verbot im Allgemeinen sogar auch als zweites Frühstück genossen wird.

Die Molken erfordern gleichfalls ihrer reizmildernden, das Blut verdünnenden und verbessernden, auflösenden, die Ausscheidungsorgane stärker bethätigenden Wirkung wegen, wie die Heilquellen Warmbrunns und die anderen auflösenden Mineralbrunnen, sehr milde, nicht aufregende, leicht verdauliche, die Ausscheidungsthätigkeiten nicht nur nicht hemmende, sondern vielmehr fördernde Nahrungsmittel und Getränke.

Auch die chemischen Bestandtheile der Molken verlangen bei Anordnung der Ernährungsweise für Diejenigen, die sich der Molken als Heilmittel bedienen, eine genaue Berücksichtigung. Jede Molke enthält noch Käsestoff, wenn auch, falls sie gut zubereitet ist, in nicht erheblicher Menge. Schon der Magensaft, weil er von Natur eine saure Beschaffenheit hat, ist geeignet, wie aus der Milch, so auch aus der Molke, nachdem sie in den Magen gelangt, den Käsestoff auszuscheiden. Säuglinge geben, was die Milch anbetrifft, hiervon den besten Beweis. Werden Säuren genossen, so steigert sich natürlich der Säuregehalt des Magensaftes, und geschieht der Genuß während des Gebrauchs der Molken, so wird der Niederschlag des in ihnen enthaltenen Käsestoffs desto gewisser und vollkommener zu Stande kommen. Ist unter so bewandten Umständen die Verdauung, wie fast immer in Krankheiten, nicht sehr kräftig, so bleibt der aus der Molke abgesonderte und gerinnende Käsestoff zum Theil unverdaut im Magen liegen, häuft sich nach und nach mehr an und bewirkt durch leichtes Uebergehen in Gährung arge Magenverderbniß, oft unter Begleitung von Magenkrämpfen, Koliken und andern unangenehmen Zufällen. Auch die Molkenflüssigkeit an sich erhält, wenn sie im Magen mit Säuren zusammentrifft, eine Schärfe, verdirbt gänzlich

und gelangt so beschaffen ins Blut. Kein Zweifel, daß hiervon die nachtheiligsten Folgen entstehen müssen. Eine derartige Verderbniß der Molkenflüssigkeit im Magen kommt durch die angegebene Ursache um so leichter zu Stande, als sie selbst schon unter ihren Bestandtheilen Säuren, nämlich Milchsäure und Buttersäure, zählt. Nach allem dem möchte schwer zu verkennen sein, daß alle Säure enthaltenden, mit Säuren zubereiteten Speisen, rohes, säuerliches Obst und säuerliche Getränke mit größter Strenge beim Molkengebrauch ausgeschlossen bleiben und auch solche Nahrungsmittel Schaden bringen müssen, welche, wie alle reichlich mit Fett oder Butter gekochten, gebratenen oder gebackenen, und der Käse, so leicht Säure in den Verdauungswegen erzeugen.

Die einzelnen Mahlzeiten lassen nur ganz allgemeine Bestimmungen zu.

Das Frühstück bestehe in höchstens zwei kleineren Tassen, nicht zu starken, mit Milch und Zucker versetzten Kaffee's, Milch oder Kakaoaufgusses nebst Beigenuß von Weißbrot oder Zwieback. Alle mit Butter versetzten Backwaaren sind unstatthaft. — Kranken, welche an großer Verdauungsschwäche leiden, kann es sogar gerathen sein, eine Tasse reiner, nicht zu kräftiger, völlig fettloser Bouillon als erstes Frühstück zu genießen. — Ein zweites Frühstück einzunehmen, möchte im Allgemeinen und ganz besonders Denjenigen, welche Brunnen oder Molken trinken, um so weniger zu gestatten sein, als in Warmbrunn in der Regel um 1 Uhr Mittag gegessen wird. In den Vormittagsstunden müssen die Verdauungskräfte wie die Ernährungsthätigkeiten überhaupt geschont werden, damit die während des Badens von der Haut und während des Trinkens vom Magen in den Körper reichhaltig eingeführten Heilstoffe zu gehöriger Verarbeitung und Wirkung kommen können. Im letzteren Falle braucht auch der Magen Zeit, und zwar viele Stunden, um das aufgenommene Mineralwasser oder die genossenen Molken gehörig und vollkommen zu verdauen. Daher muß schon das erste Frühstück mäßig sein. Ein zweites Frühstück, bestände dies noch dazu aus festen, kräftig nährenden und erregenden Speisen und Getränken, wird unter den gegebenen Umständen, zum Nachtheil für die nothwendige vollkommene Verdauung des Brunnens oder der Molken, die Verdauungskraft zu sehr in Anspruch nehmen und mit der nach kurzer Zwischenzeit schon wieder eingenommenen Mittagsmahlzeit eine gewiß bald merkliche Abspannung derselben zu Stande kommen lassen.

Das Mittagbrot sei im Allgemeinen mäßig. Man esse nie mehr, als der Appetit verlangt, ist die beste diätetische Regel. Bouillon, zwei Schüsseln aus gekochtem und gebratenem Fleisch, nach den gegebenen Vorschriften beschaffen und zubereitet, nebst jungem Gemüse oder Compot, wie sie dem Genusse gestattet sind, zur Abwechselung einen Fisch oder eine leichtverdauliche, ohne Fett zubereitete Mehlspeise statt einer der Fleischspeisen, werden stets genügen und dem Kurzweck am besten entsprechen.

Wem es ernst darum zu thun ist, alles das zu thun und zu lassen, was zur Wiederherstellung der verlorenen Gesundheit erforderlich ist, wird an den öffentlichen Wirthstafeln unter den Gerichten, die gereicht werden, immer auch welche finden, die ihm zu genießen erlaubt sind, und diejenigen an sich vorübergehen lassen, deren Genuß ihm Nachtheil bringen könnte. Das zweckmäßigste Getränk bei Tisch ist für den Kurgast das Quellwasser. Das Trinken bei Tisch ist der Verdauung förderlich, wenn es mäßig geschieht. Durch zu vieles Trinken wird der Magensaft, der das Zersetzungsmittel für die Speisen ist, zu sehr verdünnt, und eben so erfahren die im Magen zerlegten Speisen eine zu große Verflüssigung. Beides ist der Verdauung hinderlich, indem einerseits die Löskraft des Magensaftes geschwächt wird, andererseits die Speisebreibildung benachtheiligt wird, weil diese erst nach geschehener Aufsaugung der Flüssigkeiten, wie Versuche bewiesen haben, ordentlich von Statten geht. Uebrigens wird auch durch eine zu große Ueberfüllung des Magens mit Flüssigkeiten während des Essens der Magen zu sehr ausgedehnt und auf diese Weise seine Muskelkraft geschwächt.

Wem Wein bei Tische zu genießen erlaubt ist, der halte sich mit einem, wenn es hoch kommt, zwei kleinen Gläsern vollkommen zufrieden gestellt. Mehr ist jedenfalls vom Uebel. Besser ist es, den Wein mit Wasser vermischt zu trinken.

Nichts ist falscher, als auf den Genuß des Weines während des Gebrauchs einer Mineralbrunnen- oder Molken-Kur aus dem alleinigen Grunde zu bestehen, daß man an denselben gewöhnt sei. Gerade dadurch, daß man dem Körper die zur Gewohnheit gewordenen, für sein Bestehen durchaus nicht nothwendigen stärkern Reize während der Kur entzieht, wird er erst recht in eine Stimmung gebracht, die ihm gebotenen Heilmittel vollkommener zu verarbeiten und auf dieselben freier zu reagiren. Vom Weine gilt dies um so mehr, als nachgewiesen worden, daß im

Allgemeinen seine Wirkung sowohl den meisten der in Rede stehenden Krankheiten als auch den zu ihrer Bekämpfung angewendeten Heilquellen stracks zuwider läuft. — Was hier vom Weine gesagt worden, bezieht sich auch noch auf manches Andere, wobei man sich auf die Gewohnheit zu berufen pflegt. Die Gewohnheit kann und darf niemals da ein Recht ausüben wollen, wo die Vernunft dieselbe als ein Uebel erkennen läßt und mit triftigen Gründen von ihr abzustehen räth.

Man vermeide bei Tische ernste, das tiefere Denken in Anspruch nehmende Gespräche. Es ist dies besonders Gelehrten anzuempfehlen, deren Geist stets auch geistige Nahrung sucht. Gehirn und Magen stehen in einem sich entgegenstehenden (antagonistischen) Thätigkeitsverhältniß. Ist die Thätigkeit des Gehirns über das Maaß gesteigert, so sinkt die Funktion des Magens, und umgekehrt, wird der Magen lebhaft thätig, so erschlafft die Kraft des Gehirns. Die Unlust, nach eingenommener Mahlzeit an geistige Beschäftigung zu gehen, ist ein natürlicher Instinkt des Menschen, und das gewöhnliche Sprichwort: mit vollem Magen läßt sich nicht gut studiren, ist eine physiologische Wahrheit. Daß Menschen, die ihr Gehirn durch geistige Arbeiten allzu sehr anstrengen, in der Regel an Verdauungsschwäche leiden, ist eine bekannte Erfahrung. Daher bemerkt der berühmte Philosoph Kant, von dem man, wie von dem unsterblichen Albrecht v. Haller, sagen kann, daß er eine halbe Welt in sich getragen, mit vollem Recht: die Diätetik mache es erforderlich, die Funktion des Magens mit der des Gehirns abwechseln zu lassen, und es sei daher schädlich, beim Essen Kopf und Magen gleichzeitig mit Arbeit zu belästigen. Die Verdauung leidet unzweifelhaft darunter wesentlich.

Bei Tische die Unterhaltung auf unangenehme, das Gemüth ergreifende und verstimmende Gegenstände zu leiten, ist vollends verwerflich, und eben so die Gewohnheit Mancher, über ihre oder Anderer Krankheiten während des Essens zu sprechen, oder von dem anwesenden Arzte Auseinandersetzungen über Krankheiten zu verlangen. Jede Gemüthsverstimmung, die auf diese Weise so leicht bei Vielen angeregt wird, wirkt abspannend auf alle Lebenskräfte zurück und muß somit auch die Verdauungskraft schwächen. Ein Jeder hat daher die Pflicht, wie überhaupt, so ganz besonders bei Tische Rücksicht zu nehmen auf seinen, zumal kranken Nebenmenschen und nicht Saiten anzuspannen, die Mißtöne in dessen Brust nachhallen lassen könnten.

Das Abendessen werde zeitig, spätestens um 7 Uhr eingenommen, damit es, bevor man zu Bette geht, vollständig verdaut und hierdurch ein guter Schlaf gesichert sei. Dasselbe bestehe aus einer leicht verdaulichen Suppe, etwas Compot und Weißbrot. Man schont auf diese Weise die Verdauungskraft und bezweckt dadurch, daß man am nächsten frühen Morgen wiederum getrost an die Kur gehen kann, ohne fürchten zu müssen, von Seiten des Magens Belästigungen zu erfahren.

Verhaltungsmaßregeln in Betreff der Luft.

Die Luft ist, wie die Nahrung, eine der wichtigsten Grundbedingungen des menschlichen wie überhaupt thierischen Lebens. Ununterbrochen dauert daher ihr Einfluß auf den lebenden menschlichen Organismus fort, unausgesetzt tritt sie durch den Akt der Lungen- und Haut-Athmung in Wechselwirkung mit diesem. Gleich den vom Magen aufgenommenen Nahrungsmitteln wird auch die von Lungen und Haut aufgenommene Luft in Stoff des menschlichen Körpers umgewandelt. Wie jedoch nicht alle Bestandtheile der Nahrungsmittel bei der Stoffbildung zu Verwendung kommen, vielmehr manche derselben, als für den Wiederersatz unbrauchbar, ausgeschieden werden, so auch verwendet der Organismus nicht alle Stoffe der in ihn gelangenden Luft zu seiner Lebensunterhaltung, sondern nur den Sauerstoff, den man als besondere Luftart so bezeichnend Lebensluft genannt hat, und entfernt das Untaugliche. Mit jedem Athemzuge erneuert sich der Zugang der atmosphärischen Luft zu den Lungen. Hier tritt dieselbe mit Leichtigkeit mit dem in den feinsten Gefäßverzweigungen der Lungenbläschen vertheilten Blute in innigste Berührung, da die Wendungen dieser Gefäße so überaus dünn und zart sind, daß ohne allen Widerstand die Luft sie durchdringen kann. Vermöge einer zwischen dem Sauerstoff und dem Blute bestehenden organisch-chemischen Wahlverwandtschaft zieht letzteres durch die Blutzellen oder Blutkörperchen den Sauerstoff der Luft sofort an sich. Beide verbinden sich alsdann mit einander, durch welchen chemischen Prozeß sowohl der bisherige Zustand des Blutes als auch der des Sauerstoffs auf-

gehoben wird. Das dunkle Blut in den Lungen, welches den Weg durch die Zirkulation zurückgelegt und den größten Theil seiner Ernährungsfähigkeit durch Abgabe seiner ernährenden Stoffe an die verschiedenen Körpertheile eingebüßt hat, wird wieder hellroth und von neuem lebens- und nährkräftig; aber auch der Sauerstoff hat aufgehört, Sauerstoff zu sein, sondern ist ein Theil des lebendigen, nährenden Blutes geworden. Diese lebendig sich gestaltende Einwirkung des Sauerstoffs auf das Blut im Akte der Athmung greift aber noch viel weiter. Der Speisesaft, welcher, wie wir bereits wissen, durch die Sauggefäße in das dunkle Venenblut gelangt und mit demselben in die Lungen übergeht, wird, obgleich in den Lymphgefäßen und Blutgefäßen schon wesentlich für seine höhere Bestimmung verändert und vorgebildet, dennoch erst wahres, nahrfähiges Blut durch seinen Zusammentritt mit dem in das Blut eingegangenen Sauerstoff der atmosphärischen Luft, so daß man wohlbefugt sagen kann, der Zweck der Verdauung werde erst durch die Athmung erreicht, der Athmungsprozeß bilde dem Zwecke nach den eigentlichen Endpunkt des Verdauungsprozesses. Die Stoffe hingegen, welche bei jenem, mit jeder Einathmung sich wiederholenden organisch-chemischen Prozesse entbunden werden und hauptsächlich aus kohlensaurem Gas und Wasser in Dunstform bestehen, gehen, weil unfähig den Zwecken des Organismus zu dienen, mit jeder Ausathmung in die Luft zurück. — Denselben Prozeß, den die atmosphärische Luft in den Lungen hervorruft, vermittelt dieselbe auch, wie früher schon angedeutet worden, in der Haut. Die Luft durchdringt beständig die Haut und die unter ihr liegenden feinen Blutgefäße, vermischt sich mit dem in ihnen befindlichen Blute, verändert dasselbe, wie in den Lungen, worauf die Haut, wie diese, durch Ausdünstung dieselben Stoffe entfernt.

Welch ausnehmend hohe Bedeutung hat demnach nicht die äußere Luft auf die Ernährung des menschlichen Körpers! In welcher Abhängigkeit von der Beschaffenheit der Atmosphäre müssen nicht schon Gesundheit und Krankheit stehen, wenn auch nur der Einfluß berücksichtigt wird, den die atmosphärische Luft im Wege der Athmung auf den Organismus ausübt!

Sieht man ab von der Zusammensetzung der Atmosphäre aus chemischen Stoffen, welche bei den Vorgängen im menschlichen Körper während des Athmungsprozesses sich geltend machen, und richtet den Blick auf die andern Eigenschaften derselben, so wird das Abhängigkeits-

verhältniß des Lebens des menschlichen Organismus von der äußeren Luft noch erweitert und vervielfältigt hervortreten. — Vermöge ihrer Schwere, Elastizität, Temperatur, Elektrizität, ihres Lichtinhalts, Wassergehalts und ihrer schwächern oder stärkern Bewegtheit wirkt die Atmosphäre in vielfacher Beziehung bestimmend auf den menschlichen Organismus ein und wird maßgebend für das Vorsichgehen des Lebensprozesses in ihm. Durch ihre Schwere und Elastizität übt die Atmosphäre einen Druck aus auf den menschlichen Körper, der, trotzdem derselbe einem Gewicht von ungefähr 40,000 Pfunden gleich kommt, dennoch, weil er die ganze Oberfläche des Körpers von allen Seiten gleichmäßig trifft, nicht nur nicht belästigt, sondern gerade darauf berechnet ist, den im Innern des Körpers nach möglichster Ausdehnung nach außenhin strebenden Flüssigkeiten und der wieder entgegengesetzt von außen nach innen gerichteten Zusammenziehungskraft der festen Theile das Gleichgewicht zu erhalten. — Durch ihre Temperatur wird die Atmosphäre anderweitig eine der mächtigsten Lebensreize für den menschlichen Organismus. Durch ihre Temperatur greift die Atmosphäre bestimmend ein in sein lebensthätiges Räderwerk. Obgleich der Lebensprozeß im menschlichen Organismus die Erzeugungsquelle seiner Eigenwärme ist, der Mensch demnach durch und aus sich selbst Wärme hervorbringt, so kann derselbe dennoch eines beständigen Zuganges der Wärme von außen zur Unterhaltung seines Lebens nicht entbehren. Ohne allen Zufluß äußerer Wärme würde er bald aufhören, Aeußerungen des Lebens von sich zu geben. Die Wärme der umgebenden Atmosphäre ist also, wie für die ganze organische Natur, so auch für den menschlichen Organismus ein unentbehrlicher Lebensreiz, eine Haupttriebfeder seiner Lebensthätigkeiten. Ein gewisses Maaß von Wärme muß demnach die umgebende Luft haben, soll das Vorsichgehen der Lebensverrichtungen des menschlichen Körpers normal sein. Dieses Maaß ist aber in gedachter Beziehung kein bestimmt begränztes für den Menschen, sondern richtet sich vielmehr nach der Individualität seiner Körperbeschaffenheit im Allgemeinen und besonders nach dem Stande seiner Erregbarkeit. Wenn es gleich zu den Eigenthümlichkeiten des Menschen gehört, sich den bedeutendsten Schwankungen der Temperatur zu accommodiren, so muß doch behauptet werden, daß die Verrichtungen des menschlichen Organismus am gleichmäßigsten von Statten gehen, wenn die Temperatur der umgebenden Luft eine solche ist, daß er im Zustande der Ruhe und Gesundheit, wie es bei der mittleren Lufttemperatur der

Fall ist, weder das Gefühl der Wärme noch das der Kälte entschieden empfindet, und daß mit dem Steigen und Fallen der äußeren Wärme auch der Lebensprozeß steigt und fällt. — Durch ihre Elektrizität ist der Atmosphäre gleichfalls ein wesentlicher Einfluß auf den Gang der Verrichtungen des menschlichen Organismus eingeräumt. Wie die Wärme gehört auch die Elektrizität zu den unentbehrlichen Lebensreizen; wie die Wärme wird auch die Elektrizität durch den Lebensprozeß entwickelt, und es bedarf für das normale Vorsichgehen des letzteren eines ununterbrochenen Ersatzes dieser, wie jener, von außen. Bleibt auch noch Vieles zur gesetzmäßigen Deutung der Wirkungen, welche die atmosphärische Elektrizität im menschlichen Organismus veranlaßt, im Dunkeln, weil die Gesetze, nach welchen die Elektrizität in der Atmosphäre selbst wirksam ist, nicht vollständig bekannt sind und man daher bei den vielfach sich ändernden Zuständen der Atmosphäre bezüglich der Elektrizität Ursache von Wirkung nicht immer zu unterscheiden vermag, so ist doch im Allgemeinen gewiß, daß die atmosphärische Elektrizität sowohl in ihrem freien als gebundenen Zustande bei dem Athmungsprozesse sich wesentlich betheiligt und höchst wahrscheinlich den Anstoß giebt zu allen den wichtigen Lebensvorgängen im menschlichen Organismus, welche von dem Athmungsprozesse in Abhängigkeit stehen. Man kann hieran um so weniger zweifeln, als das feststeht, daß der Sauerstoff, welcher eine so gewichtige Rolle bei der durch den Athmungsprozeß vermittelten Blutbildung spielt, zu allen elektrischen Vorgängen in einem innigen Verhältniß steht und eine Hauptquelle für die Elektrizitätsentwickelung abgiebt. — Ein belebender Reiz ist die Elektrizität hauptsächlich für die Nerven und Blutgefäße; beide werden durch sie zu verstärkter Thätigkeit angeregt. — Auch durch die unmittelbare Einwirkung der Atmosphäre auf den äußeren Körper vermittelst Berührung derselben mit der Haut entsteht eine Wechselwirkung zwischen der Elektrizität des Körpers und der Atmosphäre, die von Einfluß ist auf ersteren. — Von welch hoher Wichtigkeit auch die atmosphärische Elektricität als Bestimmungsgrund für die Lebensthätigkeiten des menschlichen Organismus sein muß, wird am deutlichsten erkannt werden können bei der nächstfolgenden Betrachtung der Veränderungen, welche gewisse Elektrizitätszustände der Atmosphäre im menschlichen Körper hervorrufen, und schon die hier gegebene Andeutung, daß bekanntlich bei Gewittern von vielen Menschen eine völlige Umstimmung ihres ganzen Körperzustandes wahrgenommen wird, möchte fast für den Beweis genügen. — Von großer Bedeutung für den Lebensprozeß im menschlichen

Körper ist auch, wie bald gezeigt werden soll, der Lichtgehalt und das Feuchtigkeitsverhältniß der Atmosphäre.

Alle die zuletzt berührten Eigenschaften der Atmosphäre haben keine Stätigkeit, sind vielmehr häufigem Wechsel, beständigen, oft sehr erheblichen Schwankungen unterworfen und müssen, jedoch nach dem Maße dieses Wechselns, dieses Schwankens auch maßgebend werden für das mehr oder weniger regelmäßige Vonstattengehen der Lebensthätigkeiten des menschlichen Organismus.

Eine zu schwere, dichte Luft, wie sie z. B. in tiefgelegenen, waldreichen Gegenden häufig und überhaupt beschaffen zu sein pflegt, wenn die Atmosphäre viele dichte Dünste enthält, übt einen zu großen Druck auf den Körper aus und giebt hierdurch der von außen nach innen gerichteten Zusammenziehungskraft der Theile ein zu großes Uebergewicht. Eine Folge hiervon muß sein, daß das Blut von der Oberfläche des Körpers mehr nach innen drängt, wodurch die innern Organe mit zu vielem Blut belastet und in Ausübung ihrer Funktion beeinträchtigt werden. Außerdem erschwert ein zu starker Luftdruck das Athmen und behindert die Hautthätigkeit. — Eine zu leichte, zu sehr verdünnte Luft, wie sie z. B. auf hohen Bergen angetroffen wird, wobei aber zugleich die verhältmäßig viel kürzere Luftsäule hauptsächlich mit in Betracht kommt, übt einen zu geringen Druck auf den Körper aus, setzt hierdurch dem von innen ausgehenden Bestreben nach Ausdehnung nicht das nöthige Maaß von Widerstand entgegen und begünstigt auf diese Weise das gewaltsame Andrängen des stark ausgedehnten Blutes nach der Außenfläche des Körpers; die Blutgefäße daselbst werden stark angefüllt, schwellen immer mehr an und lassen, weil ihre Wandungen erschlafft sind, sehr leicht das Blut durch dieselben austreten, so daß Blutungen entstehen, wie solche mit gleichzeitigem Gefühl großer Abspannung und Ermattung nicht selten bei Personen einzutreten pflegen, die Berge von sehr bedeutender Erhebung erklimmen. — Zu warme Luft übereilt das Vonstattengehen des Lebensprozesses im menschlichen Körper und erschöpft daher vorschnell die Lebenskräfte. Die schnelle Ermattung und Entkräftung, die man gewöhnlich in heißen Tagen empfindet, und die verhältnißmäßig kürzere Lebensdauer der Bewohner heißer Länderstriche geben die Belege dafür. Der nähern Wirkung nach verursacht zu warme Luft überwiegende Ausdehnung der Flüssigkeiten wie der festen Theile des Körpers, mit welchem Zustande beschleunigte Blutbewegung, verstärkte Hautthätigkeit, gesteigerte Reizempfänglichkeit des Nerven-

systems und bei der verminderten Zusammenziehungskraft der festen Theile leichter Uebergang in allgemeine Körperschwäche eng verbunden sind. Hierdurch erklären sich die Abnahme der Muskelkraft (Müdigkeit), die Abstumpfung der Nervenkraft (Schläfrigkeit), die Verminderung der Verdauungskraft (Appetitlosigkeit) und die der Hauterschlaffung zuzuschreibenden triefenden Schweiße, bei andauernd sehr warmer Witterung. — Zu kalte Luft entzieht dem Körper Wärme und steigert die Zusammenziehungskraft seiner festen und flüssigen Theile. Bei kurz dauernder Einwirkung einer zu kalten Luft auf den Körper erstrebt derselbe, durch Erhöhung des Lebensprozesses im Innern die ihm von außen entzogene Wärme wieder zu ersetzen, wobei auch zugleich die stärkere Zusammenziehungskraft der Theile, welche die Kälte bewerkstelligt, überwunden und ausgeglichen wird. In dieser Weise ist kalte Luft als ein Reiz zu betrachten, der die Lebenskräfte stärker anzuregen vermag. Währt aber der Einfluß zu kalter Luft längere Zeit, so kann für die Dauer die Erzeugung der innern Körperwärme nicht mehr in dem Maaße vor sich gehen, um den von außen ihr zugefügten Verlust auszugleichen, der Lebensprozeß verliert mit der Verminderung der innern Lebenswärme an Energie und die Zusammenziehungskraft gewinnt fast bis zur Erstarrung die Oberhand. Gerechtfertigt ist daher auch die Behauptung, daß in letzterer Beziehung kalte Luft schwäche. Genauer betrachtet, verursacht eine zu kalte Luft eine zu starke Zusammenziehung der Blutgefäße der Körperoberfläche, wodurch das Blut von letzterer gewaltsam die Richtung nach innen nimmt, sich in verschiedenen Organen anhäuft und wegen ihrer verstärkten Kontraktionskraft daselbst leicht in Stockung geräth. Das häufige Vorkommen von Schlaganfällen und Entzündungen während kalter Witterung wird dadurch leicht erklärlich; denn diese Krankheiten basiren eben zunächst auf Blutanhäufung und Blutstockung in den betreffenden Organen. Am meisten benachtheiligt von zu kalter Luft sind diejenigen Organe, mit denen sie in unmittelbare Berührung kommt. Die Haut erleidet durch Einwirkung einer zu kalten Atmosphäre eine zu starke Kontraktion, ihre Blutgefäße verlieren an Fülle, da das Blut nach innen zu drängt, ihre Nerven an Empfindlichkeit, weil sie des normalen Blutreizes ermangeln. Das Einschrumpfen der Haut, die sogenannte Gänsehaut, das Blässerwerden ihrer Farbe und das abgestumpfte Gefühl in derselben bei längerem Aufenthalt in kalter Luft zeigen deutlich darauf hin. Natürlich, daß unter so bewandten Umständen die Thätigkeit der Haut zum Sinken kommt und die Ausdünstung höchst beschränkt von statten geht.

Bei der großen Wechselwirkung, in welcher die Haut mit vielen der wichtigsten Organe, besonders mit denen, welche die Absonderungen vollbringen, steht, können bei einem derartigen Ergriffensein der Haut die nachtheiligsten Rückwirkungen auf den Körper nicht ausbleiben. — Die Athmungswerkzeuge werden durch zu kalte Luft stark gereizt. In der Schleimhaut derselben ruft dieser Reiz eine vermehrte Absonderung herbei und erzeugt leicht Katarrhe. Da Kälte die Luft komprimirt, sie daher dichter macht, so enthält kalte Luft auch relativ mehr Sauerstoff. Eingeathmet, muß eine solche Luft aus diesem Grunde die Lebenskräftigkeit des Blutes zu sehr steigern und dasselbe geneigt machen, sich leichter zu entzünden. Da die Lungen durch die unmittelbare Einwirkung der Kälte ohnedies in einen gereizten Zustand versetzt werden, und da von der Haut aus, weil diese gleichzeitig von der Kälte getroffen wird, mehr Blut nach den Lungen drängt, so sind es am häufigsten Entzündungen dieser Organe, die eine zu kalte Luft hervorruft. — Auch auf die Schling- und selbst auf die Verdauungs-Organe wirkt die äußere Luft unmittelbar ein und reizt, wenn sie zu kalt ist, zunächst deren Schleimhaut, wodurch so leicht bei kalter Witterung Hals- und Darm-Entzündungen entstehen. — Am nachtheiligsten wirkt der schnelle Uebergang von einer warmen Lufttemperatur in eine kalte, und umgekehrt. Die durch äußere Wärme verstärkte Ausdünstung der Haut und Lungen, welche mit vermehrter Körperwärme verbunden ist, erleidet durch plötzlich einwirkende Kälte schnell eine Hemmung, wobei zugleich das Blut mit Vehemenz von der Oberfläche des Körpers nach innen getrieben wird und die Nerven eine heftige Reizung erfahren. In den innern Organen kommt es deshalb zu starken Blutüberfüllungen und Blutstokkungen, und es entstehen daher leicht Entzündungen, Rheumatismen, Katarrhe und oft noch gefährlichere Uebel. Der rasche Wechsel einer kalten mit einer warmen Luft führt ähnliche üble Folgen herbei; es entwickeln sich letztere nur dem Gange nach in umgekehrten Verhältnissen. — Ueberschuß der Elektrizität in der Luft, wie solcher gegeben ist, wenn die Atmosphäre hell und trocken ist, steigert im Allgemeinen die Energie und Reizbarkeit des Körpers, besonders aber des Blutgefäßesystems und der Nerven; daher beobachtet man auch zu solchen Zeiten das häufigere Auftreten entzündlicher und Nervenkrankheiten. Mangel an Elektrizität der Luft, der, wenn die Atmosphäre dunkel und feucht ist, stattfindet, bringt den Lebensprozeß mehr zum Sinken. Eine solche Luft schwächt die Energie und Reizbarkeit des Organismus und besonders der Blutgefäße und Nerven, wofür

schon das Gefühl der Ermattung und Erschlaffung, die man während ihrer Dauer empfindet, deutlich spricht, und begünstigt daher das Zustandekommen von Schwächekrankheiten und Säftestockungen. — Zu stark bewegte Luft (Wind, Sturm) bringt alle Nachtheile eines zu starken Luftdruckes auf den Körper. Die Ungleichheit des Druckes und die rasch erfolgende Abwechselung der Temperatur einer stark bewegten Luft erhöht ihre desfallsige schädliche Wirkung. Besonders erfahren die Lungen bei herrschenden Winden Beeinträchtigung ihrer Funktion, indem durch das gewaltsame Einströmen der Luft in die Lungen das Ausathmen erschwert wird. Aber auch die Haut erleidet durch den heftigen und stoßweise wirkenden Druck einer stark bewegten Luft eine Herabsetzung ihrer Thätigkeit. — Aehnlich wie der Wind, nur oft noch nachtheiliger, wirkt Zugluft.

Obgleich die Behauptung, daß das Verhältniß der chemischen Bestandtheile der Atmosphäre zu einander, des Sauerstoffs nämlich zum Stickstoff, niemals einem absoluten Wechsel unterworfen sei, eine durch vielfache Versuche vollkommen wohl begründete ist, so muß doch auch zugestanden und nicht außer Acht gelassen werden, daß unter gewissen Bedingungen eine relative Veränderung dieses Verhältnisses wohl eintreten und sich auf das Verhalten des menschlichen Organismus Geltung verschaffen kann. Eine Verdichtung der Luft verschafft letzterer mehr Volumen, und es kann kein Zweifel obwalten, daß in einer kühleren, dichteren, reinen Luft relativ mehr Sauerstoff enthalten sein muß; umgekehrt muß eine sehr warme, stark ausgedehnte, verdünnte Luft relativ weniger Sauerstoff besitzen. Ganz abgesehen aber hiervon, können zufällige chemische Stoffe in die Luft treten und dadurch den Einfluß letzterer auf das Vorsichgehen des Lebensprozesses im menschlichen Körper verschiedentlich abändern und gefährden. Am öftersten findet man die Luft, mit kohlensaurem, Schwefelwasserstoff- und Ammoniak-Gas verunreinigt, in sumpfigen Gegenden und in solchen, wo dem Verwesen organischer Stoffe durch Wasser- und Pflanzen-Reichthum Vorschub geleistet wird.

So stände es denn durch alles das, was über die chemischen, physikalischen und mechanischen Eigenschaften und Wirkungen der Atmosphäre vorgebracht worden, unzweifelhaft fest, daß das uns umgebende Luftmeer, obgleich eine wahre Lebensnahrung für den menschlichen Organismus, eine Haupt- und Grundbedingung seiner Existenz, dennoch auch vermöge vielfach in ihm vorgehender Veränderungen das Leben zu unterwühlen, ja zu vernichten im Stande ist. Ist demnach eine sorgfältige Beachtung

der Luftverhältnisse überhaupt und erheblicher atmosphärischer Veränderungen insbesondere für die Erhaltung der Gesundheit von großer Bedeutung, so machen Krankheiten eine solche in noch höherem Grade nöthig. Der gesunde Körper hat manchem schädlichen Einfluß der Atmosphäre noch volle Lebenskräfte entgegen zu stellen und kann deshalb denselben oft eher noch überwinden und ausgleichen; nicht so der kranke, welcher den atmosphärischen Schädlichkeiten die eine oder die andere schwache Seite frei giebt. In langwierigen Krankheiten zumal und namentlich in Krankheiten, die in fehlerhafter Blutbereitung, Abweichungen der Ernährung und des Nervenlebens begründet sind, in den Athmungswegen ihren Sitz haben und von Störungen der Hautthätigkeit ausgehen oder mit ihnen in enger Verbindung stehen, ist eine umsichtige diätetische Würdigung der Luft von größtem Gewicht für deren Heilung. Gar nicht selten kann die äußere umgebende Luft, richtig benutzt, sogar das Hauptheilmittel mancher derartigen Krankheiten werden. Durch Versetzung Kranker in eine andere, den Krankheitsumständen angemessene Luft ist schon manch tiefes, hartnäckig Widerstand leistendes, langwieriges Leiden der Art völlig geheilt und auf diese Weise das schon hart bedroht gewesene Leben noch erhalten worden.

Der Genuß einer reinen, mäßig warmen und trockenen freien Luft ist, wegen der gleichmäßigen Milde, mit der sie den Lebensprozeß unterhält, im Allgemeinen vom wohlthätigsten Einfluß auf den Gang aller langwieriger Krankheiten und unterstützt wesentlich deren mögliche Beseitigung. Von größtem Werthe aber ist derselbe in Krankheiten, für welche die Schwefelquellen Warmbrunn's ein Mittel zu ihrer Heilung werden können. So wohlthätig in dieser Beziehung schon die gewöhnliche reine, gesunde Landluft sich bewährt, so gewiß ist es auch, daß oft die eigenthümliche Beschaffenheit der Luft mancher Gegenden, welche von deren Lage, Bodenbeschaffenheit, Vegetation, nächster Umgränzung u. dgl. m. abhängt, manche Vortheile darbietet, die bei richtiger Benutzung von unersetzlicher Ersprießlichkeit für viele Kranke werden kann. Die Luft gewisser günstig gelegener, gebirgiger Landstrecken steht hier oben an. In der Regel aber ist den, Vortheil gewährenden Eigenschaften der Gebirgsluft auch des Nachtheiligen gar Manches beigegeben. Soll sie demnach in ihrer günstigen Wirkung auf den Körper sich äußern, so muß das, was dieser entgegensteht, möglich unschädlich gemacht werden.

Die Luft im Warmbrunner Thale ist, wie bereits festgestellt, wegen

des überaus günstigen Verhältnisses der Thal = Erhebung über der Meeresfläche auch in einem sehr günstigen Verhältnisse leichter und übt daher einen viel gemäßigteren Druck aus auf den Körper, als die Luft im flachen Lande; sie ist ferner von einer mäßigen, milden, erquicklichen Temperatur während der milderen Jahreszeiten; sie ist auch relativ sauerstoffreicher und relativ elektrischer, lichtreicher, klarer, reiner und von einer milderen Trockenheit, als die Luft in flachen Ebenen. Eine solche Luft muß dem Athmungsprozeß die günstige Stütze sein, die Blutbereitung und somit auch die Ernährung, wie überhaupt den ganzen Stoffwechsel zum Gedeihen des Körpers stets neu beleben und kräftigen, mit kurzen Worten, eine solche Luft muß unter anderweitig begünstigenden Umständen ein mächtiger Hebel werden, um alle Lebenskräfte auf die normalmäßige Höhe zu bringen und sie auf derselben zu erhalten. Es bedarf nur eines Hinweises auf die besondern Wirkungen, welche die Atmosphäre vermöge ihrer einzelnen Eigenschaften im menschlichen Organismus hervorzurufen vermag, um gewiß zu sein, daß dem in der That so ist. Und geschähe dies auch nicht, so möchten das freiere Athmen, der regere Appetit, die bessere Verdauung, der gesündere Schlaf, die Zunahme an Kraft und die mehr heitere Stimmung des Gemüths, die so viele Menschen wahrnehmen, welche in dem herrlichen Warmbrunner Thale nur zu dem Zwecke sich aufhalten, die Luft daselbst zur Aufhülfe ihres geschwächten Körpers zu genießen, zuverläßig genug dafür sprechen. — Muß aber eine so beschaffene Luft nicht vorzugsweise ein tief wirkender Lebensbalsam werden in Krankheiten, deren Wesen in Verschlechterung der Blutbereitung, in weit greifenden Abweichungen der Ernährung und des Stoffwechsels besteht? Wird einer solchen Luft die heilsame Kraft nicht zugestanden werden müssen, die Athmungswerkzeuge und das Hautorgan, wenn sie geschwächt sind, zu stärken? Kann es fehlen, daß eine solche Luft das gesunkene Nervenleben wieder hebt und aufrichtet und der Nerventhätigkeit, falls sie in Verstimmung gerathen ist, zu einer günstigen Umstimmung verhilft? — Skrofelkranke, Bleichsüchtige, solche, die an Unregelmäßigkeiten der Menstruation leiden, welche, ohne gerade mit Bleichsucht verbunden zu sein, dennoch von unvollkommener Körperentwickelung abhängen, und diejenigen, welche durch schädliche Einwirkung von Metallen schwer erkrankt sind, mögen daher bei der tiefen Erschütterung, die ihre Blutbereitung und Ernährung erlitten, es sich empfohlen sein lassen, bei günstiger Witterung den größten Theil des Tages in

freier Luft zuzubringen; für sie ist die lebenserfrischende Gebirgsluft eins der bestwirkenden Heilmittel. Deshalb werden auch Gichtkranke und Hämorrhoidarier, da ja auch ihren Leiden eine fehlerhafte Blutbereitung und Ernährung zum Grunde liegt, besonders wenn ihr Körper in Folge ihrer Leiden geschwächt worden, den wohlthätigsten Einfluß erfahren durch andauerndes reichliches Einathmen der freien Luft im Warmbrunner Thale während der wärmeren Tageszeiten. Kranken, die an Lungenschwäche, welche durch eine überhandnehmende Vermehrung der Lungenschleim-Absonderung sich ausspricht, leiden, möge es darum gleichfalls gerathen sein, an der Gebirgsluft ein Mittel zu erkennen, welches vermögend ist, den Lungen Stärkung zu verschaffen. Einsichtlich ist auch der große Nutzen des häufigen Genusses der freien Gebirgsluft für diejenigen, welche an Erschlaffung, an Schwäche der Haut leiden. Kranke, deren Nerven der gehörigen Energie entbehren, oder deren Leiden in erhöhter Reizbarkeit und Verstimmung der Nerven besteht, werden, in Erwägung der Luftverhältnisse in unserem Thale und ihres Einflusses auf das Nervenleben, die Gründe leicht auffinden, warum auch sie dringend angewiesen sind, sich viel in freier Luft aufzuhalten. Hysterische und Hypochonder namentlich müssen den Tag über die freie Natur zu ihrem Aufenthalte wählen, damit unter dem Einflusse des reinen, bluterfrischenden, nervenbelebenden Aethers die Umnebelung ihres Geistes sich verliere, ihr verstimmtes Gemüth sich aufheitere und sie ein klareres Urtheil über ihre Körperlichkeit erlangen. Unter den Nervenkranken, deren Uebel als Krämpfe hervortreten, sind es ganz besonders die an Brustkrämpfen Leidenden, bei welchen in der Regel der entschieden große Nutzen nicht ausbleibt, den ein Vertauschen der Zimmerluft mit der Luft im Freien während des ganzen Tagverlaufs ihnen zusichert. Der geringere Luftdruck in dem hoch und frei belegenen Thale macht, daß die Brust sich freier hebt, das Athmen leichter von Statten geht, und der unmittelbare Einfluß der eingeathmeten reinen balsamischen Luft auf die Nerven der Brust hat ein Freierwerden ihrer Thätigkeit zur Folge.

Was die Luft im Warmbrunner Thale Nachtheiliges für die Kranken haben kann, besteht, wie früher schon hervorgehoben worden, darin, daß sie öfters stärker, als gut ist, bewegt wird, daß ihre Temperatur öfter, als im flachen Lande, einen Wechsel erleidet und daß besonders die Abstände der Temperatur am Morgen und Abend, gegenüber der Temperatur während der andern Tageszeiten, meist sehr erheblich sind. Nimmt der Kranke

nicht darauf Bedacht, sich gegen diese Nachtheile möglichst zu schützen, so können im Allgemeinen für ihn die üblen Folgen entstehen, welche ein ungleich, rasch abwechselnd und stoßweise erfolgender Luftdruck, ein schneller Temperaturwechsel und eine verhältnißmäßig zu kalte Luft nach sich ziehen, insbesondere aber die übelsten Rückwirkungen auf die Krankheit, an der er leidet, eintreten. Eine Geringachtung dieser klimatischen Eigenthümlichkeit der Luft rächt sich deshalb oft sicher und zuweilen auch rasch, weil letztere, sobald sie eine Beschaffenheit jüngst gedachter Art angenommen, ihren schädlichen Einfluß auf den Kranken um so leichter in Kraft zu setzen vermag, als sein Körper während des Gebrauchs der warmen Schwefelbäder im Ganzen erregter und vorzüglich die Haut reizbarer und empfindlicher wird, wodurch derselbe allein schon solchen verletzenden Angriffen der Atmosphäre schwache Stellen einräumt und geringeren Widerstand entgegenstellen kann.

Den Aufenthalt in der frühen, meist erheblich kühlen Morgenluft müssen Kranke vermeiden, welche sehr empfindlich, reizbar, nervös sind. Die nervenfeindliche Wirkung einer kalten Atmosphäre wird sonst unzweifelhaft zur Verschlimmerung ihres regelwidrigen Nervenzustandes beitragen. Ferner Kranke, die gewöhnlich beim Gehen leicht in Schweiß kommen, bei denen Nachtschweiße eintreten, die bis gegen Morgen sich hinziehen, oder Morgenschweiße sich einstellen, besonders wenn diesen eine kritische Bedeutung beizulegen sein möchte. Letztere Kranke kommen bei so entschieden ausgesprochener verstärkter Thätigkeit der Haut, wodurch diese nur um so leichter atmosphärischen Schädlichkeiten und namentlich der sie am schnellsten verwundenden Kälte zugänglich wird, sicher in Gefahr, sich in der frühen Morgenluft zu erkälten. Auch Diejenigen nicht minder, welche an veralteten gichtischen und rheumatischen Uebeln leiden, oder deren Anfälle von Gicht und Rheumatismus bei Beginn und noch im Verlauf der Kur nicht beendet oder von diesen Leiden erst während der Kur befallen worden sind. Endlich Kranke, die sehr reizbare Athmungswerkzeuge haben, zu katarrhalischen Affektionen hinneigen oder schon an Katarrhen leiden. Denn in den letzterwähnten Krankheitszuständen ist die beständig ungestört vor sich gehende Funktion der Haut von großem Belang für ihre Heilung. Durch die von den ersten Sonnenstrahlen noch zu wenig erwärmte Atmosphäre erfährt aber das Ausdünstungsgeschäft der Haut eine starke Behinderung und Beschränkung, in Folge dessen die gichtischen, rheumatischen und katarrhalischen Beschwerden alsbald zum Steigen

kommen. Da jedoch bei dem Gebrauch der warmen Schwefelbäder in der Regel die Haut fortgesetzt und nachhaltig in verstärkte Ausdünstung geräth, so muß hierbei auch noch das erleichterte Zustandekommen von Erkältungen nicht außer Acht gelassen bleiben. In allen den angeregten Fällen dürfen die Kranken sich nicht eher der freien Luft aussetzen, bis diese von den Strahlen der Morgensonne gut durchwärmt ist.

Schon vor Sonnenuntergang sollten Alle, welche die Kur brauchen, sich in ihre Wohnungen zurückziehen, damit sie bei dem, mit der untersinkenden Sonne häufig ganz plötzlichen Sinken der Lufttemperatur im Thale nicht Schaden nehmen. Die auf diese Weise eintretende Temperaturdifferenz entsteht zu rasch und ist oft zu bedeutend, als daß nicht leicht und unversehen, falls man hierauf nicht achtet, Erkältung erfolgen sollte. Dies geschieht um so sicherer, je wärmer die Luft während des Tages war. Ueberhaupt wohnt der Abendluft im Thale eine schärfere, durchdringendere Kälte bei, als der frühen Morgenluft; selten, daß sie nicht auch etwas Feuchtes hat, weshalb sie von allen Kranken gefürchtet und vermieden werden muß. Abgesehen hiervon wirkt die Abendluft noch dadurch feindlicher als die Morgenluft, daß die Vegetation, sobald der Sonneneinfluß auf sie aufhört, Kohlenstoff in die Luft ausdünstet, weshalb diese nicht mehr in dem Grade, wie am Tage, während dessen die Pflanzen Sauerstoff aushauchen, die Lebensflamme im menschlichen Organismus kräftig anfacht, vielmehr, da der Kohlenstoff dem thierischen Leben feindlich ist, dieselbe bedrückt; ein Umstand, der, wenn der Organismus krank ist, wohl in Anschlag gebracht zu werden verdient.

Verändert sich die Witterung im Thale in der Weise, daß die Lufttemperatur häufig und schroff wechselt, so sind alle Kranke, welche die Kur brauchen, genöthigt, in solcher Zeit sich meist im Zimmer aufzuhalten. Eine solche Witterung vermag denselben verderblichen Einfluß auf den menschlichen Körper auszuüben, als schnelle Uebergänge von einer Temperatur in die andere, deren bereits oben Erwähnung geschehen; sie erhält aber durch die Wirkung der warmen Schwefelbäder auf den Organismus im Allgemeinen und der Haut insbesondere eine Verstärkung ihrer desfallsigen schädlichen Kraft und eine Begünstigung des sicherern Zustandekommens gefährlicher Folgen.

Wird die Luft stürmisch bewegt, so müssen auch hierbei alle Kranke Schutz in den Zimmern suchen, wenn sie nicht die Nachtheile eines

zu starken, ungleich einwirkenden, mit rascher Abwechselung der Temperatur verbundenen Luftdruckes auf den Körper im Allgemeinen und auf die Athmungsorgane und der Haut insbesondere, wie solche bereits früher angegeben, auf sich ziehen wollen. Aus Gründen, die dort angeführt sind, werden die zu Schlagflüssen Hinneigenden, so wie Diejenigen, welche empfindliche Athmungsorgane besitzen, an Brustkrämpfen und Katarrhen, an Gicht und Rheumatismus leiden, vorzugsweise durch stürmische Witterung gefährdet.

Nimmt die Luft eine feuchte Beschaffenheit an, so wirkt sie erschlaffend auf Haut und Lungen, hemmt ihre Ausdünstung und deprimirt auch das Nervenleben. Daher fühlt sich der Mensch in einer solchen Luft in der Regel ermattet, träge, verstimmt, und verschlimmern sich gichtische, rheumatische, katarrhalische und Nerven-Krankheiten. Ist die feuchte Luft nebenbei auch kalt, so steigert sich ihr schädlicher Einfluß namentlich auf die Haut und Lungen; ihre Thätigkeiten werden noch tiefer herabgesetzt. Wie sehr sich daher alle Kranken in Warmbrunn zu jeder Zeit und hauptsächlich während des Kurgebrauchs gegen eine solche Luft zu schützen haben, wie wenig bei feuchter naßkalter Witterung der Aufenthalt im Freien für sie zulässig ist, leuchtet genugsam ein.

In den wärmeren Sommermonaten pflegt zuweilen an einzelnen Tagen die Temperatur der Luft im Thale sich bis zu bedeutender, selbst unerträglicher Hitze zu steigern. Gerade an solchen Tagen bedarf es für alle Kranke der größten Vorsicht, sich nicht Erkältungen zuzuziehen. Die durch hochsteigende atmosphärische Wärme eintretende größere Erhitzung des Körpers und die bis zu fortgesetzter Absonderung starker Schweiße sich erhöhende Thätigkeit der Haut, wobei zugleich deren Reizbarkeit sich erheblich vermehrt, lassen es geschehen, daß schon Temperaturdifferenzen, die für gewöhnlich kaum bemerkbar sind, viel weniger schädlich sich äußern, leicht Verkältung bewirken. Rathsam ist es daher, sich dem unmittelbaren Einfluß der heißen äußeren Luft so viel als thunlich zu entziehen und wo möglich während der größten Tageshitze in einem kühlen Zimmer zuzubringen. Kranke, die zu Blutwallungen und Blutflüssen hinneigen, leicht in Schweiß gerathen, an Athmungsbeschwerden leiden, von Leberkrankheiten ergriffen sind und deren Nerven es an der gehörigen Energie gebricht, haben besonders zu große Wärme der Athmosphäre zu fürchten. Eine zu warme Luft dehnt, wie wir bereits wissen, das Blut zu sehr aus, erschlafft die Haut, er-

schwert das Athmen sowohl durch Verminderung der Zusammenziehungskraft der dabei thätigen Muskeln und selbst der Lungen als auch durch den relativ geringeren Gehalt an Sauerstoff, erhöht in hohem Grade die Thätigkeit der Leber, vermehrt in bedeutendem Maaße die Gallenabsonderung und spannt die Nervenkraft ab. Kein Wunder daher, daß die bezeichneten Krankheiten bei heißer Witterung sich leicht verschlimmern, sobald nicht der möglichst größte Schutz gegen sie zweckmäßig aufgesucht wird.

Nicht nachdrücklich genug können die Kranken gewarnt werden, sich eben so wenig während des Gebrauchs als nach Beendigung der Kur der Luft des Hochgebirges auszusetzen. Ihre Eigenschaften sind sowohl mit den Leiden der Kranken als mit ihrer Kur ganz unverträglich. Fast beständig, selbst in den günstigeren Jahreszeiten und während der wärmsten Witterung zeigt sich der Abstand zwischen der Lufttemperatur auf dem Hochgebirge und der im Thale als sehr bedeutend. Die Luft auf dem Hochgebirge hat fast immer eine durchdringende Schärfe und Kühle, sehr häufig ist sie entschieden kalt; selten, daß sie nicht zugleich in erheblicher Menge Feuchtigkeit besitzt; sehr selten, daß sie nicht auch stark, ja stürmisch bewegt sich zeigt und Zug verräth. Wie sollte nicht eine Luft von solcher Beschaffenheit die Kranken, welche der Kur in Warmbrunn sich unterziehen, mit ernstlicher Gefahr bedrohen können, wenn auf das zurückgegangen wird, was über den tiefgreifend nachtheiligen Einfluß einer solchen Luft auf den Gang der Krankheiten und der gegen sie eingeleiteten Kur angeführt worden ist?

Ein gewichtiges Schutzmittel gegen die erwähnten nachtheiligen Eigenschaften, welche der Luft im Warmbrunner Thale eigen sind, sowie gegen eintretenden Witterungswechsel allgemeiner Art kann die Bekleidung abgeben.

Verhaltungsmaßregeln in Betreff der Kleidung.

Die Einwirkung der Bekleidung auf den menschlichen Körper trifft zunächst die äußere Haut. Von hier aus greift sie weiter und influirt auf alle mit der Haut in Wechselbeziehung und Mitleidenschaft stehenden Organe. Man muß die Kleidung als ein wirksames Mittel erkennen,

welches den Erregungszustand und die Absonderungsthätigkeit der Haut zu regeln, den Blutumlauf in der äußeren Körperoberfläche (die peripherische Blutzirkulation) und die innere Wärmeerzeugung des Körpers normal zu erhalten vermag, um ihren wahren Werth für den gesunden und kranken Körper richtig schätzen zu können. Gerade von Seiten der äußeren Haut, deren gewichtige Funktion niemals eine erhebliche Störung erleidet, ohne daß zugleich der ganze Lebensprozeß in Abweichung geräth, und die als Regulator der im Innern des Körpers sich entwickelnden Wärme zu betrachten ist, drohen uns die Gefahren am häufigsten, welche unter den äußern Schädlichkeiten die Atmosphäre anzurichten im Stande ist, weil jede erhebliche Veränderung ihrer Beschaffenheit zunächst auch das Leben in der Haut abändert. Wegen ihres bedeutsamen Einflusses auf die Haut kann daher die Kleidung der Haut Schutz gewähren gegen die schädlichen Eingriffe der Atmosphäre und ein großes Mittel abgeben zur Erhaltung der Gesundheit und Förderung der Krankheitsheilung. — Es ist aber keineswegs gleichgültig, welche Beschaffenheit die Kleidung hat, deren man sich als Erhaltungsmittel der Gesundheit und als Förderungsmittel der Wiederherstellung gestörter Gesundheit bedient. Die einfache Regel, wärmere Bekleidung zu nehmen, wenn es kalt ist, minder wärmende, mehr kühlende, wenn es warm ist, genügt nicht immer; es muß vielmehr vielfach Rücksicht genommen werden 1) auf den Stoff, aus welchem die Kleidung besteht, weil je nach Verschiedenheit des Stoffes auch die Wirkung der Kleidung auf die Haut, namentlich die unmittelbare, verschieden ist; anders wirken leinene Kleidungsstoffe, anders wollene, anders baumwollene, anders Pelz auf die Haut; 2) auf die größere oder geringere Fähigkeit der Kleidung, den Hautdunst durchzulassen und den Schweiß an sich zu ziehen; 3) auf den Druck, den die Kleidung auf den Körper ausübt. Die Kleidung kann allen sonstigen Anforderungen vollkommen zweckentsprechend sein, so wird sie dennoch zur Schädlichkeit, sobald sie durch zu enges Anliegen den Körper oder auch nur einzelne Theile desselben beengt und preßt oder durch zu große Schwere zu sehr belastet. Dabei muß aber auch noch die Körperbeschaffenheit des Einzelnen Berücksichtigung finden. Bei Menschen z. B. von sanguinischem Temperament, bei Vollblütigen, Korpulenten geht die innere Wärmeerzeugung lebhaft vor sich, und darum ist auch in der Regel ihre Haut thätiger, sie geräth leichter in Schweiß und ihre Erregbarkeit ist gesteigert. Diese dürfen selbst in Fällen, die für sie eine wärmere Beklei-

dung nöthig machen, die Haut reizende und zu sehr wärmende, schwere Kleidung nicht tragen. Eine solche Kleidung würde sie, z. B. bei kalter Witterung, wie auch die Erfahrung es lehrt, sogar erhitzen und die Thätigkeit der Haut bis zur Schweißbildung erhöhen. Hierdurch aber sind sie gerade um so leichter erkältet zu werden ausgesetzt, während eine, die Haut unmittelbar nur sehr wenig reizende und im Uebrigen nicht übermäßig wärmende, nicht zu schwere Bekleidung für sie eben hinreichend ist, den Erregungszustand der Haut normal zu erhalten und zu verhindern, daß nicht durch die äußere Kälte die Eigenwärme des Körpers eine Beeinträchtigung erfahre. Personen von phlegmatischer Körperbeschaffenheit, bei denen die innere Wärmebildung minder lebhaft vor sich geht und deren Haut darum weniger reizbar, weniger thätig und am wenigsten zu excessiver Schweißaussonderung geneigt ist, werden sich sogar bei wärmerer Witterung einer die Haut unmittelbar mehr reizenden, stärker erwärmenden Kleidung bedienen müssen, wenn ihre Hautthätigkeit zu tief herabgesetzt und nur mit größter Schwierigkeit in Schweiß zu bringen, dabei aber der Körper in einen Zustand gerathen ist, der eine nachhaltig verstärkte Hautthätigkeit unbedingt erforderlich macht. Eben so werden Nervöse, die selbst bei wärmerer Witterung leicht frösteln, und Schwächliche, deren Körperwärme in der Regel leicht zum Sinken kommt, sich stets wärmer kleiden müssen, als Andere.

Es würde zu weit führen, diesen für die Diätetik wichtigen Gegenstand hier in bisheriger Weise weiter verfolgen zu wollen. Es liegt lediglich die Absicht vor, durch einige vorausgeschickte, allgemein gehaltene Andeutungen die Aufmerksamkeit der Kurgäste in Warmbrunn auf die folgenden, sie speziell angehenden Verhaltungsmaßregeln bezüglich der Kleidung stärker zu richten, damit sie desto sicherer erkennen, wie sehr von deren Befolgung oder Nichtbeachtung das Gelingen oder Mißglücken der Kur abhängt.

Obgleich das Klima Warmbrunns mit vollem Recht als ein gemäßigtes, milderes Gebirgsklima anerkannt zu werden verdient, so fehlen ihm bei seinen guten Eigenschaften darum doch nicht, wie ja auch hervorgehoben worden, auch die minder guten, wie sie Gebirgsklimaten im Allgemeinen eigen zu sein pflegen; letztere sind eben nur gemäßigter ausgesprochen. Die Verschiedenheit der klimatischen Verhältnisse im Warmbrunner Thale gegen die im flachen Lande ist immer noch bedeutend genug und von solcher Erheblichkeit, daß besonders Kranke bei dem

Uebergange aus dem Klima anderer Gegenden in das Klima des Warmbrunner Thales der größten Vorsicht benöthigt sind. Selbst bei der günstigsten Witterung müssen die in Warmbrunn ankommenden Kurgäste, welche die leichtere, dünnere, erfrischende, bewegtere, zuweilen schnell sich ändernde Gebirgsluft nicht gewöhnt sind, der Bekleidung alsbald ihre volle Sorgfalt zuwenden und solche wählen, die, ohne lästig zu werden, mehr, als die gewohnte, zu wärmen und gegen den Wechsel atmosphärischer Eindrücke sicherer zu schützen vermag. Sobald die Kur mit den Bädern und dem Gebrauch der Trinkbrunnen oder der Molken begonnen, müssen die Vorsichtsmaßregeln bezüglich der Kleidung noch geschärft werden. Denn die Bäder machen während ihrer Anwendung die Haut, wie schon oft bemerkt, reizbarer und in der Regel auch andauernd thätiger, weshalb sie auch nur um so leichter Veränderungen der Temperatur und die Wechselung sonstiger Verhältnisse der Atmosphäre empfindet und durch dieselben Störungen ihrer Thätigkeit erfährt. Eben so nehmen die meisten und besonders die warmen auflösenden Trinkbrunnen die Hautthätigkeit mehr oder weniger stärker in Anspruch. Mit Rücksicht also auf das Klima und die zuletzt erwähnten Wirkungen der Bäder und der Gesundbrunnen auf die Haut gilt für alle Kranke in Warmbrunn feststehend die Regel, sich ein für alle Mal während der Kur wärmer und vorsichtiger als gewöhnlich zu kleiden. Die körperliche Individualität, die in dem eigenthümlichen Klima begründeten Abweichungen der Lufttemperatur in den verschiedenen Tageszeiten und die allgemeine Witterungsbeschaffenheit können nur darüber entscheiden, ob die Kleidung mehr oder weniger wärmend und schützend sein müsse. Es versteht sich somit ganz von selbst, daß in der kühleren Morgen- und Abendzeit, bei kühler, feuchter, naßkalter, abwechselnder Witterung, darauf Bedacht zu nehmen sein wird, wärmere Kleidung anzulegen als in der wärmeren Tageszeit bei beständigem warmem Wetter. Nahe genug liegt auch der Grund dafür, daß Diejenigen unter den Kurgästen, welche an gichtischen Krankheiten leiden, oder von Erkältungskrankheiten, also rheumatischen Uebeln befallen sind, oder langwierigen Katarrhen die Zerrüttung ihrer Gesundheit verdanken, mögen auch sie durch Erkältung entstanden sein oder mit Gicht, Hämorrhoiden und anderen regelwidrigen Unterleibszuständen in ursächlicher Verbindung stehen, die Obliegenheit haben, mit besonderer Strenge und Konsequenz ein sorgsames warmes Verhalten bezüglich der Kleidung zu beobachten und

dem Temperatur- und Witterungswechsel durch den umsichtigsten Schutz des Körpers entgegen zu treten. Denn alle diese Krankheiten zeichnen sich dadurch aus, daß die Haut in der Regel mehr oder weniger eine Abnahme ihrer Thätigkeit und Veränderungen ihres Erregungszustandes bekundet, daß ihnen ferner nur durch Regulirung der Hautthätigkeit zu einem günstigen Verlaufe verholfen werden kann und daß sie sich meist und hauptsächlich durch Schweiße entscheiden. — Sobald sich kritische Schweiße im Laufe der Kur einstellen, die durch ihre nachhaltige Andauer und Abnahme der Krankheit zu erkennen sind, so muß die auf die Bekleidung gerichtete Vorsicht verdoppelt werden.

Von nicht geringer Wichtigkeit für die Kranken in Warmbrunn ist die, die Haut unmittelbar berührende Bekleidung, die Leibwäsche nämlich.

Die Leinwand entbehrt der Weichheit, hat eine glatte Oberfläche, ist nicht sehr porös, zieht nicht leicht Feuchtigkeit an sich und ist ein guter Wärmeleiter. Sie reibt daher kaum die Haut, reizt diese deshalb auch am wenigsten und spornt sie darum nicht zu verstärkter Thätigkeit an. Als guter Wärmeleiter gestattet sie ferner der Eigenwärme des Körpers nicht, sich anzusammeln, begünstigt den Zugang der äußeren Temperatur, die meist geringer ist als die des Körpers, wobei sie selbst alsbald eine niedrigere Temperatur annimmt, also rasch kühler wird. Vermöge dieser ihrer Abkühlung verursacht sie, daß die Dünste der Haut, deren Durchgang sie aufhält, sich leicht als tropfbare Flüssigkeit niederschlagen, welche alsdann, da ihre Auffsaugung von der Leinwand nicht gefördert wird, äußerlich an ihr haften bleibt und ähnlich wie nasse Kälte auf die Haut wirkt. Daher das Frösteln und die Schauer, wenn man selbst in der Wärme beim Tragen leinener Leibwäsche in Transpiration kommt; daher auch die leichten Erkältungen, welche hierbei oftmals entstehen. — Auf diese Weise wird für Kranke, die leicht in Erhitzung gerathen und deren Haut mehr als gewöhnlich reizbar und leicht zum Schwitzen zu bringen ist, das Tragen leinener Leibwäsche auf bloßem Körper sehr ersprießlich.

Die Wollenstoffe, welche zu Leibwäsche benutzt zu werden pflegen, sind zwar weicher und geschmeidiger, als die leinenen, ihr Gespinnst ist aber, wie dies in der eigenthümlichen Struktur des Wollenhaars liegt, viel rauher. Unmittelbar auf die Haut gebracht, reiben solche Wollenstoffe dieselbe, reizen sie dadurch zugleich, erhöhen somit ihren Erregungszustand und regen sie zu verstärkter Thätigkeit an. Ferner ist das Ge-

füge jener Wollenzeuge viel lockerer als bei leinenen. Sie setzen daher dem freien Durchgange der Hautausdünstung kein Hinderniß entgegen. Da Wolle mit Leichtigkeit Feuchtigkeit anzieht und von dieser durchdrungen wird, so nimmt wollene Leibwäsche auf bloßem Körper die verstärkte Hautausdünstung nicht nur leicht an sich, sondern saugt auch, falls die Hautthätigkeit bis zur Schweißbildung sich gesteigert hat, die Hautfeuchtigkeit rasch auf und verhindert deren stärkere Ansammlung auf der Körperoberfläche. Endlich ist Wolle ein schlechter Wärmeleiter. Indem sie durch diese ihre Eigenschaft dem Entweichen der Eigenwärme des Körpers Grenzen setzt und den Zugang der äußeren Temperatur erschwert, konservirt sie die Körperwärme und ihre eigene, die sie von letzterer angenommen. Auf diese Weise kühlt Wolle nicht so leicht ab, als Leinen und läßt daher nicht so leicht, wie diese, die Hautausdünstung zu Schweiß niederschlagen und letzteren, wenn er sich gebildet, auf der Haut erkalten. — Diejenigen Kranken in Warmbrunn, bei denen die innere Wärme-Erzeugung geschwächt ist und die deshalb stets das Bedürfniß der Wärme empfinden, bei denen die Reizbarkeit der Haut und ihre Ausdünstungsthätigkeit merklich abgenommen hat, die gegen atmosphärische Veränderungen sehr empfindlich sind, Kranke besonders, die an veralteter Gicht, hartnäckigen langwierigen Rheumatismen, Katarrhen und Durchfällen leiden, können der wohlthätigsten Folgen vom Tragen der Wolle auf bloßen Körper gewärtig sein und in dieser Maßregel ein ganz geeignetes und vortreffliches Unterstützungsmittel der Kur erblicken. Haben sie bisher verabsäumt, sich der für ihren Körperzustand überaus zuträglichen wollenen Leibwäsche auf bloßem Körper zu bedienen, so mögen sie es nicht unterlassen, solche beim Gebrauch der Kur nachträglich anzulegen und von nun an, unbekümmert der Witterung und der Jahreszeiten, nichtachtend auf die hierüber verbreiteten falschen und verworrenen Ansichten, nicht eher wieder abzulegen, als bis ihre Körperverhältnisse zur Norm zurückgekehrt sind.

Die Baumwolle steht sowohl ihrer Eigenschaften als Wirkungen nach in der Mitte zwischen Leinen und thierischer Wolle. Sie ist mehr geschmeidig als Leinen, weniger als Wolle. Eben so verhält es sich mit ihrer Fähigkeit, Feuchtigkeiten an sich zu nehmen; sie hat dieselbe in höherem Grade als Leinen, in niedrigerem als Wolle. Weniger als Wolle, mehr hingegen als Leinen reizt auch die Baumwolle die Haut und erwärmt. Hiernach muß man sich bei Benutzung der Baumwolle zu Leibwäsche richten.

Die Fußbekleidung erheischt für alle Kurgäste große Vorsicht. In den Füßen ist wegen ihrer größeren Entfernung von dem Organ, welches das Blut durch den ganzen Körper treibt, vom Herzen nämlich, die Blutbewegung immer etwas verlangsamter als in anderen Körpertheilen, und daher auch die Wärmeentwickelung etwas vermindert. Sie verlangen also, wenn es im Allgemeinen auf eine wärmere Bekleidung ankommt, an sich schon gut wärmende Stoffe als Fußwäsche und anderweitigen sichern Schutz gegen Einflüsse von außen, wie denn überhaupt die Füße aus obigem Grunde gern mehr Wärme vertragen. Eine Hauptrücksicht aber muß hierbei genommen werden auf die Bodenbeschaffenheit des warmbrunner Thals. Der Boden daselbst ist durch seine in unbedeutender Tiefe schon zu Tage liegende felsige Unterlage stets kühler als im flachen Lande, und die starken Thaufälle durchnässen ihn viel stärker, besonders zur Früh- und Abendzeit, wenn dies auch nicht immer äußerlich bemerkt wird. Leicht kann den Kranken diese Bodenbeschaffenheit durch Erkältung der Füße zum großen Schaden gereichen, wenn die Fußbekleidung so beschaffen ist, daß sie die Einwirkung des naßkalten Bodens auf die Füße zu wenig abhält. Dringend ist daher der Rath, stets nur Lederstiefeln, oder aus Leder verfertigte, den ganzen Fuß schützende Schuhe zu tragen, ein Rath der vorzüglich den Damen, welche die Kur brauchen, nicht nachdrücklich genug ans Herz gelegt werden kann. Gichtkranken, namentlich Podagristen, Rheumatischen, an Katarrhen, an Koliken Leidenden und Solchen, welche für gewöhnlich eine Kälte der Füße zu verspüren pflegen, liegt es außerdem noch ob, wollene Fußwäsche anzulegen. Daß bei nasser Witterung eine noch sorgfältigere, die Nässe vollkommen sicher abhaltende Fußbekleidung zu wählen ist, versteht sich ganz von selbst.

Von entschiedenem Nachtheil zu jeder Zeit und vorzüglich beim Gebrauch der Kur ist das Tragen eng anliegender, unbequemer, einzelne Körpertheile pressender Kleidung. Enge Kleidung übt im Allgemeinen einen starken Druck auf die Haut aus, hemmt dadurch den Blutumlauf in den Hautgefäßen, in Folge dessen die Hautausdünstung sich vermindern muß, und beschränkt zugleich die Verflüchtigung letzterer. Wirkt der Druck enger Kleidung auf einzelne Abtheilungen des Körpers, die wichtige Organe in sich schließen, auf den Unterleib, die Brust, den Kopf, so kann es nicht ausbleiben, daß daselbst die Zirkulation des Blutes Hemmnisse erfährt, Blutüberfüllungen in einzelnen Organen sich bilden, wodurch deren Funktion Störungen erleidet. Namentlich zieht die Beengung der Brust,

welche die wichtigsten Werkzeuge des Athmens, die Lungen, und das Centralorgan der Blutzirkulation, das Herz, in sich birgt, rasch sich bemerkbar machende höchst nachtheilige Folgen herbei, indem durch Zusammenpressung der Lungen und Blutüberfüllung des Herzens erschwertes Athmen und erschwerte Fortbewegung des Blutes vom Mittelpunkte der Zirkulation aus unausbleibbar eintreten. Unterleibskranke und überhaupt alle Kranke, deren Uebel, wie z. B. die Gicht, mit Funktionsstörungen der Unterleibsorgane verlaufen, die an Brustkrämpfen leiden, über Brustbeklemmung, Herzklopfen klagen, Erscheinungen, die oftmals von Gichtischen, Rheumatischen, Hämorrhoidariern und Bleichsüchtigen wahrgenommen werden, Kranke ferner, deren Athmungswerkzeuge durch veraltete Katarrhe und Schleimflüsse gereizt und geschwächt sind, müssen daher vor allem Andern es sich angelegen sein lassen, für bequeme, nirgends zu fest anliegende, drückende Bekleidung Sorge zu tragen. — Ein lauter und ernster Warnungsruf ergeht hierbei an die Damen, deren wankend gewordene Gesundheit durch die Heilquellen Warmbrunns wieder befestigt werden soll, ihre Kleidung in obgedachter Beziehung nicht nach den verderblichen Regeln der Toilettenkunst, sondern nach den Regeln der Kunst, die Gesundheit zu bewahren und das Leben zu verlängern, einzurichten.

Der Wechsel der Kleidung und der Leibwäsche nach etwa geschehener Erhitzung des Körpers und dabei entstandener verstärkter Transpiration erheischt während der Kur sehr große Vorsicht. Niemals darf unter solchen Umständen die neu zu wählende Kleidung eine zu leichte, zu wenig wärmende sein; niemals darf die frische Leibwäsche, ohne vorher durchwärmt zu sein, mit der alten vertauscht werden. Durch Nichtbeachtung dieser diätetischen Regel läuft man leicht Gefahr sich zu erkälten, und die Erfolge der Kur zunichte zu machen.

Verhaltungsmaßregeln in Betreff der Bewegung und Ruhe.

In der ununterbrochenen, in sich eng zusammenhängenden Kette von Bewegungserscheinungen des lebenden menschlichen, wie überhaupt thierischen Organismus treten alle, welche nicht an Muskeln oder muskelähnliche Gebilde gebunden sind, nach bestimmten Gesetzen, denen das organische Leben unterworfen ist, unwillkürlich, bewußtlos auf. Diejenigen hingegen, welche durch Muskeln, als Organe, deren Thätigkeit ausschließlich in Bewegung besteht, vermittelt werden, stehen zum Theil unter der Macht des Willens und werden mit Bewußtsein hervorgerufen; zum Theil sind auch sie der Herrschaft des Willens ganz oder nur unvollständig entzogen. Alle Organe, die eine unwillkürliche, nach einem gesetzlichen Rhythmus ununterbrochen erfolgende, durch Muskelgebilde bewerkstelligte Bewegung äußern, dienen dem Bildungsleben, den Ernährungsverrichtungen; so der Magen und Darmkanal, das Herz und die Blutgefäße und die Athmungsorgane sammt dem Zwergfell. Unter diesen Organen sind es die letzteren, deren Bewegungen unwillkürlich fortdauern, die aber auch dem Willen sich unterordnen, wie schon die Möglichkeit, den Athem anzuhalten, beliebig rascher oder langsamer ein- und auszuathmen, dies beweist. Eben so lassen sich die Bewegungen des Anfangstheils der Darmeingeweide, des oberen Abschnittes der Speiseröhre sammt den sie begränzenden Schlingwerkzeugen und das Endstück des Darmkanals, den After, durch den Willen bestimmen, wofür das willkürliche Herunterschlucken des Speichels, der Speisen und die Verrichtung der Nothdurft deutlich genug sprechen. Mit Rücksicht darauf, daß die willenlosen Bewegungserscheinungen dem bildenden Leben zugewendet sind, konnte man wohl die Berechtigung haben, sie als die plastischen zu bezeichnen. Die nur vom Willen beherrschten Bewegungen sind an die unter der äußeren Haut des Körpers gelagerten Muskeln gewiesen, welche als unentbehrliche Beiorgane für ihre Thätigkeit Knochen, Knorpel, Sehnen, Bänder haben. Beide Arten von Bewegungen aber, die willkürlichen und die unwillkürlichen, greifen in einander, bestimmen einander und verhalten sich zu einander wie Wirkung und Ursache. Die willkürliche Bewegung fördert die Athembewegungen; im Gehen athmen wir öfter und freier; verstärkte

willkürliche Bewegung verstärkt die unwillkürliche Bewegung der Athmungsorgane; verlangsamt sich die erstere, so verlangsamt auch die letztere; beim raschern Gehen athmet man schneller, in der Ruhe wird das Athmen gleichfalls ruhiger. Eben so verhält sich die willkührliche Bewegung zu der der Willkür abwendig gemachten Magen- und Darmbewegung; erstere bethätigt die letztere. Das Gehen unterstützt die Verdauung und die Darmthätigkeit; geht man öfter, so verdaut man besser und die Darmausleerung geht regelmäßiger von Statten, weil durch die in Folge des Gehens nachhaltig verstärkte, in Windungen nach abwärts vor sich gehende Bewegung des Magens und Darmkanals die genossenen Speisen vollkommener zerrieben, gelöst und, als Speisebrei umgewandelt, fortbewegt werden; geht man weniger, führt man eine mehr sitzende Lebensweise, so verdaut man auch weniger gut, die Darmausscheidung geräth öfter in Stockung, weil eben hierbei auch die Bewegung des Magens und Darmkanals eine schwächere ist, wodurch die Speisen länger im Magen verbleiben, ohne in bestimmter Frist gehörig bearbeitet und weiter befördert zu werden und die abgeschiedenen, zur Ausleerung reifen Darmstoffe nur langsam dem Mastdarm zu fortbewegt werden können. — In gleicher Weise stellt sich das Verhältniß der willkürlichen Bewegung zur unwillkürlichen des Herzens und somit auch der Blutgefäße heraus. Das Gehen vermehrt die Herzbewegung, das Ruhen macht sie langsamer; je rascher man geht, desto schneller bewegt sich, schlägt das Herz, desto bewegter werden die Blutgefäße, die dann das Blut geschwinder fortleiten; wird die Körperbewegung wieder ruhiger, so beruhigt sich auch die Herzbewegung wieder; bei sitzender Lebensart entstehen meist Blutstockungen in verschiedenen Organen, weil zugleich mit Veränderung der, der Willkühr untergebenen Muskelbewegungen auch die Bewegung des Herzens und der Blutgefäße sich vermindert hat. — Im umgekehrten Verhältnisse machen sich ganz gleiche Bewegungsgesetze geltend. Die Athembewegungen bestimmen auch wieder die Willkürbewegungen. Vermindert sich durch irgend eine Ursache die Bewegungskraft der Athmungsorgane, so nimmt auch die Bewegungskraft der willkürlichen Muskeln ab; wird erstere freier, so nimmt letztere wieder zu. In heißer Luft z. B., besonders wenn diese auch viel Feuchtigkeit enthält, ist die Bewegung der Athmungsorgane geschwächt; man athmet schwerer, langsamer, zugleich aber verringert sich auch die Bewegungsfähigkeit der unterm Willen stehenden Muskeln. Das beengte Athmen

und die schnell entstehende und große Müdigkeit beim Gehen während sehr warmer, feuchter Witterung liefert dafür den klaren Beweis. Hingegen wird die Bewegung der Athmungsorgane in einer mäßig kühlen, trocknen, sauerstoffreichen Luft gefördert; man athmet freier, lebhafter. In einer solchen Luft können wir uns deshalb viel länger bewegen ohne zu ermüden, weil mit dem stärkeren, freieren Athmen auch die Bewegungskraft der willkürlichen Muskeln an Stärke zugenommen hat; Brustkranke, deren Athembewegungen erschwert sind, können nicht lange gehen, ohne stark zu ermüden. — In gleicher Weise hält auch die Magen- und Darmbewegung die willkürliche Bewegung in einer gewissen Abhängigkeit. Menschen, die eine kräftige Verdauung haben, deren Darmaussonderung vollkommen regelmäßig geschieht, sind auch im Allgemeinen, wie man zu sagen pflegt, gut zu Fuße; erleidet die Magen- und Darmbewegung zuerst eine Herabsetzung, bleiben auf diese Weise die Speisen lange im Magen, ohne recht verdaut zu werden, und wird der Darmkoth sehr träge, sehr langsam oder gar nicht fortbewegt, so daß dessen Ausscheidung durch den After schwer oder gar nicht erfolgen kann, so folgt auch hierauf eine Beeinträchtigung der Bewegungsfähigkeit der willkürlichen Muskeln. Menschen, die einem solchen Körperzustande unterworfen sind, fühlen in der Regel auch bald eine Abnahme der Muskelkraft; die bedeutenderen Unterleibskranken klagen häufig über schnelle Ermüdung beim Gehen. — Mit dem Einfluß der Herzbewegungen auf die willkürlichen Bewegungen verhält es sich in dieser Beziehung eben so. Bei kräftiger doch normaler Herzbewegung ist auch die Bewegung der willkürlichen Muskeln kräftig; geschwächte Herzbewegung zieht eine Schwächung der willkürlichen Muskelbewegung nach sich. Bleichsüchtige z. B., deren Herz sich nicht mit der gehörigen Kraft zusammenzieht, weil das krankhaft beschaffene Blut es nicht mehr gehörig zu reizen vermag, können selbst kurze Strecken kaum zurücklegen, ohne schon starke Ermüdung zu verspüren. Hiermit steht die frühere Bemerkung, daß Bleichsüchtige öfter, und namentlich beim Gehen, Herzklopfen bekommen, also eine Vermehrung der Herzbewegungen wahrnehmen lassen, keineswegs im Widerspruch. Das Herz, welches in der Bleichsucht sich nur unkräftig zusammenzieht, kann nämlich nicht die mit jedem Moment in dasselbe einströmende bestimmte Blutmenge in dem nächstfolgenden Moment wieder vollständig forttreiben, so daß von dem eingetretenen Blutstrom noch etwas in ihm zurückbleibt, wenn schon der neue wieder eingelassen worden ist. Da die Aufeinanderfolge der Einströmung des Blutes in das Herz und der

Fortstoßung des Blutes aus dem Herzen für gewöhnlich mehr denn 70mal in der Minute geschieht, so kommt es unter den erwähnten Umständen in der Bleichsucht leicht zu Blutüberfüllung des Herzens; dasselbe wird alsdann durch die größere Blutmasse stärker gereizt, seine Bewegungen nehmen zu und sie werden das Mittel, vermöge dessen das Herz sich von seiner ungewohnten Last wieder eine Zeit lang befreit. Im Gehen ist die ganze Blutcirkulation verstärkt, daher dann das Herzklopfen schneller als in der Ruhe eintritt.

Bei der innigsten Lebensbeziehung zwischen Muskel und Nerv macht sich auch ein gegensätzlicher Einfluß der Kräfte beider geltend. Die Bewegungen der Muskeln, bei welchen sich dieselben abwechselnd zusammenziehen und hierauf wieder ausdehnen, haben zwar ihren letzten materiellen Grund in den Nerven, aber das Zusammenziehungs- und Wiederausdehnungsvermögen der Muskeln ist, unabhängig von den Nerven, eine den Muskelfasern als solchen eigenthümlich zukommende Eigenschaft, durch welche sie sogar auf die Nervenfasern gewissermaßen bestimmend zurückwirken. Bei jener Zusammenziehung der Muskeln werden die ihnen eingewebten Bewegungsnerven gereizt und hierdurch deren Kraft zu stärkerer Aeußerung angeregt. Verstärkte Muskelthätigkeit, wie sie bei fleißiger Körperbewegung stattfindet, verstärkt auch die Wirksamkeit, die Kraftäußerung der Nerven, und darum gewinnen die Muskeln selbst wieder an Kraft und Ausdauer, sich zusammenziehen und auszudehnen. Je mehr man daher das Gehen übt, desto größere Strecken kann man mit der Zeit zurücklegen, ohne daß die Muskeln wegen Erschlaffung den Dienst versagen. In langer Ruhe entbehren die Bewegungsnerven des Reizes, der auf sie durch die bei körperlicher Bewegung in Thätigkeit gesetzten Muskeln einwirkt, die Nervenkraft erhält auf diese Weise zu wenig Anregung und nimmt deshalb mit der Zeit an Energie ab; zugleich wird aber auch die in Zusammenziehung und Ausdehnung bestehende Wirksamkeit der Muskelfasern sowohl an Kraft als an Ausdauer herabgesetzt. Aus diesem Grunde vermögen Menschen, deren Beruf sie zu einer sitzenden Lebensweise verurtheilt, oder die aus Trägheit zu sehr der Ruhe pflegen, nicht lange gleichen Schritt zu halten und überhaupt im Gehen auszuhalten mit denen, die ein mehr bewegliches Leben führen und sich häufige und länger andauernde Bewegung machen, weil die Zusammenziehungs- und Ausdehnungskraft ihrer Muskeln, worauf auch schon deren Schlaffheit hindeutet, geschwächt ist und schneller erschöpft

wird, während die straffe Beschaffenheit der Muskeln jener Menschen, die viel Gehen und eine Beschäftigung haben, welche ihre Muskelthätigkeit in steter Uebung hält, schon zu der Voraussetzung berechtigt, daß ihre Muskelkräfte, wie es auch in der That der Fall ist, einen höheren Grad erlangt haben und nachhaltiger in Wirksamkeit verbleiben können. Werden wiederum Bewegungsnerven durch irgend eine sie ursprünglich und direkt treffende Ursache in ihrer Kraftäußerung benachtheiligt, so zeigt sich auch die Bewegung der Muskeln, denen die Nerven angehören, nach Maßgabe der Kraftabnahme dieser letztern herabgesetzt. Sucht man unter diesen Umständen solche Muskeln, so viel es sich thun läßt, in Thätigkeit zu versetzen, d. h. die Aufeinanderfolge ihrer Zusammenziehung und Wiederausdehnung zu vermehren, so nimmt nicht selten mit der Zeit ihre Bewegungsfähigkeit wieder zu, zum Beweis, daß die Kraft der Nerven sich gleichfalls wieder gehoben; denn wäre letzteres nicht der Fall, so könnte ganz unmöglich die Bewegung besser von Statten gehen. Bei unvollkommenen Lähmungen der untern Extremitäten bewährt sich dies öfter am deutlichsten. Je mehr Kranke, die an einem solchen Lähmungszustande leiden, sich Mühe geben, so gut es thunlich ist, zu gehen, desto freier, kräftiger und ausdauernder pflegt auch nach und nach wieder die Bewegung der erlahmten Gliedmaßen zu werden, vorausgesetzt, daß die Lähmung eine Besserung zuläßt. — Aber nicht nur auf die Bewegungsnerven übt die Muskelthätigkeit ihren Rückeinfluß aus, sondern dieser erstreckt sich auch auf die Empfindungsnerven und dehnt sich selbst auf das Centralorgan des gesammten Nervensystems, auf das Gehirn, den Sitz des geistigen Lebens, aus. Das Wahre hiervon wird durch die Thatsache erhärtet, daß Diejenigen, welche wenig gehen, vielmehr den größten Theil der Zeit im Sitzen, überhaupt in Körperruhe zubringen, also ihre Muskelthätigkeit nur wenig üben, meist empfindliche, reizbare Nerven haben und zu Geistesumdüsterung und Gemüthsverstimmungen (Hypochondrie) sehr geneigt sind, während Solche, die ihre Muskelthätigkeit in Uebung halten, viel gehen, überhaupt ein mehr thätiges Leben beobachten, im Allgemeinen nichts von jener krankhaften Nerven = Reizbarkeit und Empfindlichkeit wissen, und meistens eines freieren Geistes und einer froheren Gemüthsstimmung sich erfreuen. Umgekehrt jedoch auch macht sich ein bestimmender Einfluß der Empfindungsnerven auf die Muskelaktion deutlich bemerkbar. Es spricht dafür der Umstand, daß Muskeln fast unwillkürlich und plötzlich in Bewegung gerathen, daß wir zusammenzucken, wenn

Empfindungsnerven, wie z. B. durch einen unverhofften Nadelstich, in irgend eine Stelle der äußeren Haut gereizt werden.

Allerdings ist dieses Ineinandergreifen, die Gegensätzlichkeit der willkürlichen und unwillkürlichen Bewegungserscheinungen, der wechselseitig bestimmende Einfluß der Nerven- und Muskelthätigkeit nicht so vereinfacht, wie sie hier hingestellt worden. Denn es muß noch in Betracht kommen, daß die gedachten Bewegungserscheinungen mit den Ernährungsvorgängen in einem innern Zusammenhange stehen, insofern nämlich die Muskelbewegungen auf die Bewegung, auf den Umschwung der Säfte einen großen Einfluß ausüben. Ist die Muskelbewegung kräftig, so ist auch der Umtrieb des Blutes verstärkt, alle Theile und so auch die Muskeln und Nerven erhalten auf diese Weise mehr Blut zugeführt und werden dadurch reichlicher mit Ansatzstoffen versorgt, in Folge dessen zugleich ihre Kraft an Stärke zunimmt. Auch die Beschaffenheit der Säfte, die als solche einen Reiz abgeben für die Organe, welche Bewegungen äußern und letztere zu modificiren vermögen, muß hierbei noch in Anschlag kommen. Nichts desto weniger bleiben jene Bewegungserscheinungen in der dargestellten Weise als Thatsache unverändert stehen.

Wenn es, wie kaum zu bezweifeln ist, gelungen sein sollte, den untrennbaren innern Zusammenhang zwischen den willkürlichen und unwillkürlichen Bewegungserscheinungen des Körpers, die mächtige, bestimmende Rückwirkung der willkürlichen Muskelthätigkeit auf die Nervenkraft und die wichtigsten Lebensverrichtungen, auf Athmung, Blutzirkulation, Verdauung und Ausscheidung zu klarer Anschauung gebracht zu haben, dann ist es auch gelungen, dem hohen Werthe der Körperbewegung für die Aufrechthaltung der Gesundheit und dem großen Nutzen, den dieselbe als Bekämpfungsmittel krankhafter Lebenszustände verschaffen kann, zu gerechter Anerkennung verholfen zu haben.

Nach dem Vorausgeschickten fördert die körperliche Bewegung den Athmungsprozeß, den Kreislauf des Blutes sowie den Umschwung der Säfte überhaupt und die Verdauungsthätigkeit. Dadurch wird sie das wirksame Mittel, das Blut in seiner normalen Mischung und Bewegung zu erhalten; sie verhütet vermöge dessen das Zustandekommen von Blut- und sonstigen Säfte-Stockungen, macht auf diese Weise den Stoffumsatz frei und erleichtert hierbei zugleich die Abscheidung und Ausleerung des Unbrauchbaren nicht nur durch den Darm, sondern auch durch Haut und Nieren; sie wirkt ferner bethätigend und regulirend auf das Nervenleben

ein. Wie groß wird daher nicht der Nutzen körperlicher Bewegung sein müssen allen den Kranken, die zur Wiederherstellung ihrer Gesundheit sich der Heilquellen Warmbrunns bedienen, da ihre Leiden: Gicht, Hämorrhoiden, Skrofeln, Rheumatismus u. s. w., gerade solche sind, die in fehlerhafter Mischung des Blutes, Stockungen der Säfte, ungeregelter Ausscheidungs-Thätigkeit, Verstimmung der Nerven bestehen, nicht zu gedenken, daß die Kur selbst durch eine geregelte körperliche Bewegung wesentlich unterstützt wird, indem diese die bessere und vollkommenere Verarbeitung und das innigere Eingehen des Mineralwassers in das Blut wesentlich unterstützt!

Soll die Körperbewegung all die Vortheile, die sich für die Kranken an sie knüpfen, unverkürzt und in der nöthigen Vollkommenheit gewähren, so muß sie von diesen im Freien unternommen werden, damit sich mit ihrem wohlthätigen Einflusse auch die belebende, erfrischende Wirkung der eingeathmeten Bergluft und der den Geist erheiternde und das Gemüth erfreuende Eindruck beim Beschauen der herrlichen, majestätischen Natur verbinden; sie muß ferner dem Maaß der Kräfte angemessen sein und in einer Weise geschehen, daß nicht durch sie innere Bewegungen stürmisch hervorgerufen werden, welche nachtheilig auf den Körperzustand der Kranken zurückwirken.

Jede zu starke Körperbewegung steigert in zu hohem Grade den Umlauf des Blutes, versetzt die Athmungswerkzeuge in eine zu stürmische Thätigkeit, vermehrt beträchtlich die innere Wärmeerzeugung, verstärkt die Hautthätigkeit bis zu übermäßiger Schweißbildung, verzehrt allzusehr die Nervenerregbarkeit und erschöpft daher durch solche Uebereilung der Körperverrichtungen gar zu leicht die Lebenskräfte. Alle Kranke, welche die Kur gebrauchen, müssen demnach, wie leicht erachtlich, in dem Maaße anstrengende Körperbewegung um so mehr streng vermeiden, als schon die Heilquellen Warmbrunns und die meisten neben den Warmbrunner Bädern innerlich angewendeten fremden Mineralwässer nicht unbedeutend den Blutumlauf beschleunigen, somit auch die Wärmeerzeugung und die Haut- und Lungen-Ausdünstung verstärken und im Allgemeinen die Kräfte erheblich in Anspruch nehmen. Triftig genug sind daher die Gründe, welche das immer mit großer Körperanstrengung verbundene Besteigen des hohen Gebirges als ganz verwerflich für die meisten Kurgäste erscheinen lassen. Der geringste Schaden, den sie hierbei davon tragen können, ist eine durch Erhitzung und starkes

Schwitzen leicht zu Stande kommende Erkältung. Vollblütige, zu Schwindelanfällen und Blutungen Geneigte, an Herzklopfen oder Brustbeklemmungen Leidende, Solche auch, deren Lungen mehr, als gewöhnlich, reizbar sind und deren Nerven in Folge ihres Leidens an Energie abgenommen haben, können durch dergleichen vehemente Leibesbewegungen, da diese leicht heftige Blutkongestionen und zu große Abspannung der Nervenkraft veranlassen, den größten Gefahren ausgesetzt werden. — Zu lange fortgesetzte körperliche Bewegung, selbst wenn sie auf ebenem Wege und ohne Hastigkeit vor sich geht, ist gleichfalls für alle Kurgäste unstatthaft. Sie veranlaßt dieselben Nachtheile, wie die zu starke Körperbewegung, nur treten dieselben nicht so rasch und nicht mit der Heftigkeit ein. Die eintretende sehr fühlbare Ermüdung und das Bedürfniß der Restauration des Körpers, welche eine zu lange andauernde Bewegung nach sich zieht, zeigen übrigens schon darauf hin, daß der Verbrauch von Kräften zu groß gewesen.

Die Körperbewegung der Kranken während des Kurgebrauchs muß im Allgemeinen eine gemäßigte, sanfte, mehr langsame sein. Schon das Vorgefühl der Ermüdung muß als Fingerzeig dienen, mit dem Gehen einzuhalten und auszuruhen. Hat sich der Körper wieder vollständig erholt, so kann die Bewegung von neuem erfolgen. Je öfter in dieser Weise Leibesbewegungen unternommen werden können, worüber der Stand der Kräfte hauptsächlich entscheidet, desto besser. Wohlgerathen ist es, in angenehmer, froh gestimmter Gesellschaft die Spaziergänge zu machen. Eine gemüthserheiternde Unterhaltung während des Gehens giebt dem Geiste mehr die Richtung außer sich, wendet ihn daher von seiner Körperlichkeit mehr ab und man vergißt währenddem leicht seines Leidens. Eine der Art geregelte Körperbewegung wird jene oben hervorgehobenen segensreichen Rückwirkungen der regeren Muskelthätigkeit auf die wichtigsten Verrichtungen des menschlichen Körpers am sichersten eintreten lassen; sie wird am geeignetsten die Bedingungen erfüllen, die mehr nach Außen gerichteten Bewegungen des Körpers zum Ausgleichungsmittel krankhafter Bewegungen im Innern des Körpers werden zu lassen und sie hierdurch zu einem wahren Heilmittel zu erheben. Kranke, deren Uebel ihren Brennpunkt im Unterleibe haben, mit Hemmungen des Blutkreislaufs in dem Pfortadersystem, mit Blutstockungen in einzelnen Unterleibsorganen verlaufen, wie dies bei allen langdauernden Unterleibsleiden, bei Hämorrhoiden, Gicht und den mit ihnen in

ursächlichem Zusammenhange stehenden Krankheiten der Fall ist, Individuen, die in ihrer Körperentwickelung zurückgeblieben sind und in Folge dessen an geschlechtlichen Funktionsstörungen leiden, Skrofelkranke ferner, bei welchen Trägheit und Stockung der Säftebewegung in den Lymphgefäßen und Drüsen zu den wesentlichsten Erscheinungen ihres Leidens gehören und deren ganze Muskulatur in Folge der in Fehlerhaftigkeit verfallenen Ernährung im Erschlaffungszustande sich befindet, solche Kranke auch, deren Verdauung eine erhebliche Schwächung erlitten, Rheumatische endlich, deren Haut überaus schwer oder bisher gar nicht in nur einigermaßen verstärkte Thätigkeit zu bringen war, werden, wenn sie der oben beanregten Wirkungen einer regeren Thätigkeit der willkürlichen Muskeln gedenken, sicher zu der Einsicht gelangen, daß sie besonders sich befleißigen müssen, sich so viel es in ihren Kräften steht, angemessen körperlich zu bewegen. Hingegen mag es den Herzkranken und den Brustkranken in Warmbrunn, wenn auch ihr Leiden mit Gicht oder Hämorrhoiden oder Rheumatismus in Verbindung steht, eben so Bleichsüchtigen, selbst wenn Zirkulationsstörungen des Blutes im Unterleibe gleichzeitig bestehen, weil sie im Gehen leicht Herzklopfen bekommen und ihre Muskelkraft wegen Erschlaffung ihres ganzen Körpers schnell erschöpft wird, streng angerathen sein, mit größter Vorsicht und Behutsamkeit die nöthige Körperbewegung vorzunehmen. Jeder sie zu weit führende Spaziergang bleibt ihnen untersagt. Nur kurze Strecken dürfen sie zu Fuß auf einmal zurücklegen, damit sie sich alsbald wieder Ruhe und Erholung gönnen können; sie müssen aber, vom Gefühl ihrer Kräfte und ihres anderweitigen Körperzustandes geleitet, durch Wiederholung dergleichen kurzer Spaziergänge und Beibenutzung des Fahrens in einem bequemen Wagen das nöthige Maaß der Körperbewegung zu erstreben suchen. Eben so müssen diejenigen, deren Nerven in Folge ihres Leidens an Kraft abgenommen und darum sich merklich angegriffen und schwach fühlen, gehöriges Maaß halten in ihren Körperbewegungen. So nothwendig für sie eine öftere, kurz andauernde, mit Ruhe abwechselnde Bewegung in freier Luft ist, da durch zweckentsprechende Uebung überhaupt jede Kraft an Stärke zunimmt und besonders die Thätigkeit der der Willkür unterworfenen Muskeln vermögend ist, die Funktion des Nervensystems anzuregen und lebhafter zu gestalten, so bestimmt auch muß jede Kraftanstrengung durch Gehen, bei welcher Ermüdung zu befürchten steht, von ihnen unterlassen werden, damit die Nervenkraft

nicht noch mehr aufgezehrt werde und noch stärker zum Sinken komme. Auch sie können sich durch Fahren oder Sichtragenlassen in Sesseln einen ganz geeigneten Ersatz verschaffen für die ihnen nur kurz zugemessene eigenthätige Körperbewegung. Jene passiven Bewegungen gewähren alle Vortheile der aktiven, nur daß erstere sich schwächer in ihren Wirkungen äußern. Sie haben aber für die in Rede stehenden Kranken den großen Nutzen, daß sie in milder Weise erregen und am wenigsten die Kräfte beanspruchen und erschöpfen. Darum müssen auch Gelähmte sich ihrer bedienen, deren Bewegungsfähigkeit der untern Gliedmaßen so weit geschwunden ist, daß das Gehen unmöglich ist. Hingegen müssen diejenigen, bei welchen die Lähmung gedachter Theile unvollkommen besteht, deren Bewegungskraft demnach nicht ganz verloren gegangen, um diese zu stärken, so viel es nur immer ihr Zustand gestattet, Gehübungen vornehmen und die aktive Bewegung mit der passiven wechseln lassen. Sind andere Körpertheile unvollkommen gelähmt: die obern Extremitäten, die Gesichtsmuskeln, so müssen auch sie durch Bewegungen, die man mit ihnen vornimmt, fleißig geübt werden, und man wird dann oft finden, daß, je öfter dies geschieht, desto mehr die Bewegungskraft derselben an Stärke zunimmt.

Das Tanzen, in der wilden Weise, wie es gegenwärtig beliebt wird, ist eine zu stürmische Körperbewegung, wobei es zu starker Blutwallung, übereilten Athembewegungen und Nervenaufregung um so leichter kommt, wenn das Tanzlokal mit vielen Menschen gefüllt ist. Das Tanzen kann daher keinem der Kurgäste von Vortheil sein und bei enger Kleidung sogar Gefahr herbeiführen; nicht zu gedenken, daß die durch den Tanz erregte Erhitzung und Schweißbildung unter den gegebenen Umständen so leicht zu Erkältungen Veranlassung geben. Am wenigsten dürfen Vollblütige, zu Kongestionen nach Brust und Kopf und zu Blutflüssen Hinneigende, an Brustbeklemmungen, Engbrüstigkeit Leidende und das weibliche Geschlecht zu Zeit der Menstruation dem Tanze fröhnen.

Das Billard- und Kegelspiel gewährt für Viele eine zweckmäßige, alle Körpertheile ansprechende Bewegung.

Die erste Hälfte der Vormittagsstunden möge man mehr in Ruhe zubringen, damit die Lebenskräfte, welche das Baden und Brunnentrinken in erhöhtem Maaße in Anspruch genommen, sich wieder ausgleichen und die Erstwirkungen des in den Säftestrom eingeführten Mineralwassers ungestört vor sich gehen können.

Unmittelbar nach dem Essen pflege man gleichfalls eine Zeit der Ruhe zu dem Zwecke, der während des Verdauungsaktes nothwendig sich steigernden Magen- und Darmthätigkeit nicht durch stärkere Bethätigungen der willkürlichen Körperverrichtungen Kraft zu entziehen.

Falls Krisen sich im Verlaufe der Kur einstellen, möge im Allgemeinen körperliche Ruhe mehr vorwalten. In der Ruhe gehen die Ab- und Aussonderungen, welche während der Krisen sich verstärken, am ungestörtesten vor sich.

Verhaltungsmaßregeln in Betreff des Schlafens und Wachens.

Der Schlaf hilft dem menschlichen Organismus, die bei dem Stoffwechsel erfolgende Verjüngung aller seiner Theile fortdauernd zu vollbringen, ohne welche seine Existenz unmöglich wird. Im Schlafe ist der Wechselverkehr des Organismus mit der Außenwelt durch das gefesselte Sinnenleben unterbrochen. Das Leben, nach Außen hin gebunden, ist mehr nach Innen gekehrt; die niedern, die bildenden Lebenskräfte walten ungestört im Organismus fort: Athmung, Blutumlauf, Verdauung, Stoffumsatz gehen ungehindert vor sich, während das höhere Nervenleben, das Gehirn- und Rückenmarkleben, mit Recht als die eigentlich thierische (animale) Lebensseite des Organismus bezeichnet, zurückgedrängt, in sich gesenkt ist. Dadurch aber, daß der Organismus im Schlafe einer großen Summe von Reizen, welche während des Bestehens einer Wechselwirkung zwischen der erschlossenen Seele und der äußeren Natur auf ihn einwirken und zur Aufzehrung seiner Lebenskräfte beitragen, entzogen wird, vermag derselbe im Zustande des Schlafes die während des Wachens aufgewendeten Lebenskräfte um so sicherer wieder zu ersetzen, als seine Thätigkeit für jetzt sich fast ausschließlich nur auf das bildende Leben, den Stoffwechsel beschränkt. Daher wird auch der wichtigste und schwierigste Vorgang in dem komplicirten Ernährungsprozesse, die Aneignung der während des Wachens von Außen in den Körper eingeführten und allmälig immer mehr und mehr verähnlichten Nahrstoffe, eigentlich erst im Schlafe ganz vollendet. Die verstärktere Hautthätigkeit vieler, auch gesunder Menschen im

Schlafe deutet schon darauf hin, daß während desselben der Stoffwechsel lebhafter vor sich geht. Hierbei erfüllt sich der Zweck, dem Körper für die während seines vollthätigen Wirkens im Wachen erlittenen Verluste an Kräften Ersatz zu verschaffen, indem mit der Stofferneuerung der Körpertheile auch deren Lebenskräfte neue Stärkung erhalten. In Uebereinstimmung hiermit ist der schon vom Altvater der Medizin, Hippokrates, sehr bezeichnend gethane Ausspruch, daß der Schlaf die Arbeitszeit der Eingeweide sei, und in gleicher Weise sagt ein berühmter Naturforscher der Neuzeit vom Schlafe, daß er Beschränkung der während des Wachens vermehrten Verzehrung des Organischen und Wiederersatz des Verlornen zum Zweck habe. — So wäre denn der Schlaf das Mittel, das Gleichgewicht unserer Kräfte, welches die vielfältigen Thätigkeiten unseres Körpers im wachenden Zustande bald mehr bald weniger in Abweichung bringen, wieder herzustellen. Welche Wichtigkeit muß nicht daher dem Schlafe beigelegt werden als Beschützer der Gesundheit! Von welcher Bedeutung muß er nicht werden können als Helfer in Krankheiten! In beiden Beziehungen kommt aber alles darauf an, den Schlaf nach einem richtigen Maßverhältnisse zu ordnen, weil er, bei allem wohlthätigen Einfluß auf den Körper, dennoch nach den Extremen hin, durch Uebermaß und durch zu geringes Maß, schädlich werden kann. Zu viel Schlaf läßt das bildende Leben im Organismus zu sehr das Uebergewicht erlangen über das höhere Nervenleben, und durch dieses Mißverhältniß wird ersteres abgebracht von seinem normalmäßigen Wirken und Schaffen. Vieles Schlafen zieht daher bekanntlich übermäßige Fettbildung, Fettleibigkeit, Verdickung des Blutes, wodurch dasselbe nur träge sich bewegt und leicht in Stockung geräth, Erschlaffung der Nerven und Abstumpfung des Geistes nach sich. Zu wenig Schlaf hingegen unterhält die Einwirkung derjenigen Reize der Außenwelt auf den Körper, welche durch die offen gehaltenen Sinne vornehmlich die Seite des höheren Nervenlebens, das Gehirn und Rückenmark treffen, in zu langer Andauer; der große Aufwand von Kraft, der hierbei stattfindet, erschöpft zu sehr den vorhandenen Vorrath letzterer Organe, und alle Lebensthätigkeiten des Körpers, auch die bildenden, ernährenden, gerathen in Abspannung. — Welches Maaß von Schlaf aber die richtige Mitte hält, darüber entscheidet die Individualität des Körpers, die Lebensweise und der Stand der Gesundheit eines jeden Einzelnen.

Mit Bezug hierauf müssen in Warmbrunn Diejenigen, welche die Kur brauchen, nicht außer Acht lassen, daß sie durch die Kur in ein neues

Lebensverhältniß versetzt sind, welches mehr, als sonst, ihre Körperkräfte in Anspruch nimmt. Die Bäder, die Trinkbrunnen, die unerläßliche, vermehrte körperliche Bewegung sind für sie neue, ungewohnte Reize, die mehr Kräfte aufzehren lassen als gewöhnlich. Sie werden daher, um letztere in dem nöthigen Gleichgewicht zu erhalten, im Allgemeinen verhältnißmäßig mehr des Schlafes bedürfen als sonst. Da der Gebrauch der Bäder, der Trinkbrunnen, der Molken, ein frühes Aufstehen erforderlich macht, so muß das, was dem Schlafe hierdurch entzogen wird, durch zeitiges Zubettegehen ersetzt werden. Beim frühen Erwachen wird alsdann der Körper sich neu erkräftigt und erstarkt fühlen und die Mühen des Tages, welche ihm die fortzusetzende Kur auferlegt, um so leichter ertragen. Geschieht aber unter solchen Umständen dem Schlafe durch zu langes Wachbleiben bis spät in die Nacht hinein ein zu großer Abbruch, so kann es nicht ausbleiben, daß der Körper bei dem Behufs der Kur nothwendigen frühen Erwachen am nächsten Morgen sich noch matt, angegriffen, verstimmt fühlt, weil die schon im Verlaufe des vorigen Tages vermöge der Kur in verstärkterem Grade, als gewöhnlich, konsumirten Lebenskräfte durch das zu lange ununterbrochen fortdauernde Vorsichgehen sämmtlicher Körperverrichtungen während des ungebührlich verlängerten Wachbleibens bis auf einen zu geringen Vorrath erschöpft worden sind, der kurze Schlaf daher dem Körper nicht Zeit genug lassen konnte, die verlornen Kräfte in dem nöthigen Maße wieder anzusammeln. Eine Folge hiervon ist, daß man weder mit der gehörigen Lust noch mit der gehörigen Kraft an die Fortsetzung der Kur geht. Beides aber trägt dazu genügend bei, daß das, sei es durch die Haut, sei es durch den Magen, in den Körper eingeführte Mineralwasser, oder die in Gebrauch gezogenen Molken von letzterem nicht gehörig verarbeitet werden können und auf diese Weise, anstatt die Körperverrichtungen freier zu machen, sie eher noch erschweren. — Das zu lange Wachbleiben führt aber im Allgemeinen und besonders für diejenigen, welche die Kur brauchen, noch einen andern nicht unwesentlichen Nachtheil herbei; es entzieht ihnen diejenige Schlafzeit, in welcher der Krafterſatz des Körpers am gesichertsten ist. Mit der Verringerung des Sonneneinflusses und mehr noch, wenn mit dem Untergang der Sonne deren Einwirkung auf den Körper ganz aufhört, beginnt schon das Ringen des niedriger stehenden bildenden Lebens, dem höheren Nervenleben den Vorsprung abzugewinnen. Während wir zur Abendzeit eine größere Abspannung der an das Gehirn gebundenen Seelen- und Sinneskräfte und

der von den Nerven des Rückenmarks getragenen Körperkräfte: der Bewegung und des Empfindens, wahrnehmen, beginnt zugleich im Gebiete der bildenden Thätigkeiten des Körpers eine größere Regsamkeit. Die Blutbewegung wird reger, die Athmung beschleunigter und auch die Aneignung der von den Verdauungsorganen gelieferten Stoffe geschieht lebhafter. Im gesunden Zustande und auch in langwierigen Krankheiten, welche noch keine große Störung des Gleichgewichts der Körperkräfte verursacht haben, merkt man dies kaum; wohl aber lassen fieberhafte Krankheiten keinen Zweifel hierüber aufkommen. Erfahrungsgemäß steigern sich in fieberhaften Krankheiten die Blut- und Athembewegungen zur Abendzeit: die Pulse gehen viel rascher, der Athem wird schneller und der Körper sieht, wie man sich auszudrücken pflegt, verfallener aus, weil der Stoffwechsel ein lebhafterer ist. Aber auch bei vielen Kranken, die an langwierigen, tiefer greifenden Uebeln leiden, machen sich diese Erscheinungen, wenn gleich in viel geringerem Grade, bemerklich; daher sie sich in der Regel gegen Abend unwohler fühlen. Dieser erregte Zustand in der Sphäre des bildenden Lebens dauert im gesunden, wie im kranken Zustande bis um Mitternacht und erreicht mit derselben den Höhepunkt. Nach Mitternacht, wenn der Sonneneinfluß, obgleich erst nur noch schwach, wieder beginnt, beginnt auch schon wieder das Streben des höheren Nervenlebens, das bildende allmälig zurückzudrängen, und mit dem Morgenanbruche ist ersteres wieder so weit zu seiner Herrschaft gelangt, daß es das Erwachen erzwingt. Wohlbegründet ist daher der gewöhnliche Glaube, daß der Schlaf vor Mitternacht am meisten kräftige und stärke; denn in dieser Zeit bewirken während des Schlafes die bildenden Lebensthätigkeiten am ungestörtesten den Wiederersatz der während des Tages verlornen Kräfte; diese Zeit ist die eigentliche Arbeitszeit der Eingeweide. Die Wichtigkeit des Vormitternachtschlafs für die Kurgäste bedarf daher weiter keiner anderen Begründung.

Im Allgemeinen gilt die Regel, daß man während des Kurgebrauchs sich des Schlafes nach dem Mittagsessen enthalten soll. Sie hat ihren guten Grund. Nach eingenommener Mahlzeit, besonders wenn diese reichlich war, ist die Thätigkeit des Magens am höchsten gesteigert. Sobald jedoch ein Organ in verstärkte Thätigkeit geräth, zieht sich mehr Blut zu ihm hin, als gewöhnlich. Also auch zum Magen wird während der Verdauungszeit mehr Blut hinströmen, als außer dieser Zeit. Nun aber geht im Schlafe, während dessen so viele andere Thätigkeiten des Körpers ruhen,

die Verdauung viel ungestörter und darum auch lebhafterer vor sich als im Wachen; es wird also, wenn die Verdauung im Schlafe stattfindet, das Blut noch in größerem Maaße zum Magen fließen. Durch die Richtung, welche hierbei der verstärkte Andrang des Blutes nach dem oberen Theile des Körpers nimmt, und besonders auch, weil der Magen und das Gehirn in Mitleidenschaft (Sympathie) zu einander stehen, erzeugen sich leicht Blutkongestionen nach dem Kopfe. Hierin liegt auch der Grund, daß Menschen gar nicht so selten durch starke Magenüberfüllung vom Gehirnschlage getroffen werden. Da die Bäder und Trinkbrunnen die Blutgefäße zu verstärkterer Thätigkeit anregen und hierdurch den Blutumlauf beschleunigen, so wird während ihres Gebrauchs der Schlaf nach eingenommener Mahlzeit den Blutandrang nach dem Kopfe Obigem zufolge nur noch mehr begünstigen müssen. Daher empfinden die meisten Kurgäste nach dem Nachmittagsschlafe in der Regel eine Wüstigkeit und Eingenommenheit des Kopfes, fühlen sich matt anstatt gestärkt und sind verstimmt anstatt heiter. Dieselben Umstände sind es, die den Schlaf in den Vormittagsstunden unzuträglich machen; denn auch in dieser Zeit ist der Magen mit der Verdauung des gebrauchten Brunnens oder der Molken und des später als gewöhnlich eingenommenen Frühstücks beschäftigt.

Wenn oben gesagt worden ist, daß die Bewegung die Verdauung stärke, die Ruhe sie hingegen schwäche, so bezieht sich das allerdings nicht auf die Zeit, in welcher der Magen die genossenen Speisen eben zu verdauen im Begriff steht, sondern vielmehr auf die Zeit, wenn die Verdauung vorüber ist. Alsdann aber erhöht die körperliche Bewegung die Verdauungskraft in Wirklichkeit, und zwar dadurch, daß, wie dargethan, die willkürliche Muskelbewegung auch die Bewegungen des Magens und Darmkanals vermehrt, die verstärkte Bewegung dieser Theile mehr Blut zu ihnen hinzieht, somit den Stofffersatz in ihnen belebter macht und auf diese Weise nothwendig auch ihre Kraft an Stärke gewinnen läßt.

Diejenigen, welche an den Nachmittagsschlaf zu sehr gewöhnt sind und die Bemerkung gemacht haben, daß er ihnen selbst beim Kurgebrauch wohlbekomme, dürfen, besonders wenn sie im Alter schon vorgeschritten sind, oder durch ihre Krankheit an Kräften verloren haben, sich demselben auf kurze Zeit überlassen.

Seelen-Diätetik.

Im menschlichen Organismus ist das Leibliche (Materielle) und das Geistige (Immaterielle) in der innigsten Verschmelzung und unmittelbarsten Wechselbeziehung. Körper und Seele gestalten sich in ihm zu einem untrennbaren, sich gegenseitig bedingenden Ganzen. Gemäß diesen beiden wesentlichen Faktoren des menschlichen Organismus, sind auch dessen Thätigkeiten theils materielle, solche, die nur eine Beziehung zu seiner Körperlichkeit haben, mehr oder weniger dem äußern Sinne wahrnehmbar sind und in Bewegung, welche den allgemeinsten Charakter aller Körperthätigkeiten ausmacht, bestehen, theils immaterielle, solche, die rein geistiger Natur sind und nur von dem innern Sinn als Vorstellungen, Gedanken oder Begriffe wahrgenommen werden. Beide Arten von Thätigkeiten greifen in einander und wirken gegenseitig auf einander in einer Weise, daß alle leiblichen und geistigen Zwecke des menschlichen Organismus, wie sie in ihm, als einem plangemäßen lebendigen Ganzen, von seinem Schöpfer vorausbestimmt sind, erfüllt werden. Das eigentliche und wahre Verbindungsglied des Leiblichen und Geistigen im menschlichen Organismus ist das Gehirn mit dem verlängerten Marke, der Blüthepunkt des Gesammtnervensystems. Wird Thieren das Gehirn zerstört, so besteht zwar das Leben noch für kurze Zeit, die leiblichen Verrichtungen werden meist noch vollzogen, sie bewegen sich auch; allein das Bewußtsein ist ihnen völlig genommen; sie essen und trinken nur noch, wenn man ihnen Speise oder Trank in den Mund giebt, ihre Bewegungen werden nicht vom Willen bestimmt, sondern geschehen automatisch. Menschliche Mißgeburten, bei denen das Gehirn fehlt, sind bis auf diesen Mangel oft vollständig ausgebildet und leben nicht selten nach der Geburt noch kurze Zeit; allein von irgend einer Geisteskraft ist bei ihnen keine Spur vorhanden. Sind auch alle übrigen Körpergebilde beim Menschen in vollständiger Integrität und nur allein die Masse seines Gehirns erfährt eine Verringerung, eine Abnahme des normalen Volumens, so gehen die meisten Körperthätigkeiten oft ihren vollkommen geregelten Gang; allein sein Geist ist, wie blödsinnig Geborene, bei denen stets eine Gehirnarmuth stattfindet, es beweisen, abgestumpft, keiner höhern Regung fähig. Hieraus ersieht man ganz klar, daß das Gehirn ganz allein der Sitz, das Substrat der Seele ist

und daß nicht auch das Rückenmark und die von ihm und dem Gehirn ausgehenden Nerven die Träger des Seelenlebens sind. Nur Hülfsorgane sind sie dem Gehirn, vermittelst deren dasselbe in seiner gebieterischen Stellung als Seelenorgan seine Verbindungen mit allen und jeden, nahen, wie fernen Theilen des Körpers erzielt, um überall hin das Machtgebot der Seele, in dem Moment, in welchem es ergangen, auch schon verbreiten und alles, was in den verschiedenen Körpergebieten und in den einzelnen Organen derselben vorgeht, schnell zur Kenntniß der Seele bringen zu können. Deuteten die kurz vorher angeführten Beispiele darauf hin, daß das Rückenmark unabhängig vom Gehirn einen großen Theil der Lebensverrichtungen des menschlichen Körpers selbstständig vermittelt, so bewiesen sie zugleich, daß letztere, wenn sie nicht vom Gehirn aus ihre Verknüpfung und Regelung erhalten, bewußtlos geschehen und daß zwischen dem Lebensprinzip und der Seele noch ein Unterschied bestehe, indem ersteres als das Allgemeine, auch dem niedern Leben zukommende, letztere aber, die Seele, als das Besondere, nur dem höhern Leben angehörige sich bekundet. Darum nimmt auch das Gehirn und das verlängerte Mark nebst dem seine Fortsetzung bildenden Rückenmark die Stellung als Zentralkörper des Nervensystems ein. Wie der Zentralkörper unseres Planetensystems, die Sonne, ihre unzähligen Strahlen ausbreitet und vermöge derselben überall auf unserm Erdball das schlummernde Naturleben anregt und weckt, so auch strahlen vergleichsweise von dem bezeichneten ganzen Zentraltheil des Nervensystems in zahlloser Menge Nervenfäden nach allen Körperorganen aus, die zum Theil Leitungsorgane für die Empfindung (Empfindungsnerven, zu welchen auch die Sinnesnerven gehören), zum Theil Leitungsorgane für die Bewegung (Bewegungsnerven) sind, und die alle an ihren peripherischen Endigungen in den betreffenden Organen schlingenartige Umbiegungen machen und zu ihren zentralen Ausgangsorten, dem Gehirn und Rückenmark, wieder zurückkommen. Die nach den verschiedenen Körpertheilen hin und besonders reichhaltig in die Haut, das Tastorgan, hinein sich verlierenden Empfindungsnerven und die zu den Sinnesorganen gehenden, je nach ihrer Besondertheit mit einem eigenthümlichen Empfindungsvermögen (Licht-, Gehör-, Geschmacks-, Geruchs-Empfindung) begabten Sinnesnerven leiten die empfangenen Eindrücke von ihren peripherischen Endigungen, wo dieselben aufgenommen werden, zum Gehirn und regen dieses je nach Verschiedenheit und Art der geschehenen Eindrücke zu ver-

schiedenen Thätigkeitsäußerungen an, die als Vorstellungen, Gedanken oder Begriffe zu unserem Bewußtsein kommen. Die Bewegungsnerven hingegen, welche nur zu Muskelgebilden des Körpers hingehen, leiten den empfangenen Eindruck in umgekehrter Richtung, nämlich vom Gehirn und Rückenmark aus nach ihrer peripherischen Ausbreitung hin und vermitteln in den betreffenden Muskeln Bewegung. Den Eindruck selbst, die Erregung, erhalten die Bewegungsnerven vom Gehirn aus durch den Willen der Seele, so daß man vollkommen berechtigt ist, zu sagen, die Bewegungsnerven seien die Leitungsorgane des Willens. — Man hatte früher allgemein angenommen, daß das Gehirn mit seinem Zentralleitungsorgane, dem Rückenmark, nicht durch direkte Nervenverbindung mit allen den Organen, welche die gesammten Bildungsprozesse im menschlichen Körper vollbringen, in Gemeinschaft stehe, weil, wie früher bereits die Rede davon war, das Athmen, der Blutumlauf, die Verdauung, der Stoffansatz, die Ab- und Aussonderungen ohne Einfluß des Willens, also ohne Einwirkung des Gehirns, vollbracht werden. Man fand eine Bekräftigung dieser Ansicht darin, daß wir uns der Bewegungen des Herzens und der Blutgefäße, des Magens und Darmkanals, der Lymphgefäße, der Gallen- und Harnleiter, die, gleich den Bewegungen der Athmungswerkzeuge, beständig willenlos vor sich gehen, eben so wenig bewußt werden, als der Empfindungen dieser und aller in das Bereich des bildenden Lebens gehörigen Organe, welche nothwendig in ihnen durch die natürlichen innern Reize erregt werden müssen. Man schloß hieraus, daß unter diesen Umständen weder eine Leitung der Empfindungsnerven aller dieser Organe zum Gehirn noch eine Leitung ihrer Bewegungsnerven vom Gehirn aus stattfinden könne. Man glaubte daher, daß alle diese den Organisationsfunktionen vorstehenden Organe von einem selbstständigen Nervensystem, welches vom Gehirn und Rückenmark abgeschlossen ist, beherrscht werden. Man nannte deshalb auch dieses System von Nerven das organische. Neuere Forschungen haben aber nachgewiesen, daß dem nicht so ist. Es hat sich herausgestellt, daß ohne Ausnahme alle, in sämmtlichen Organentheilen des Körpers ausgebreiteten Nerven, also auch die, mit welchen die in der Brust und dem Unterleibe gelagerten Körpertheile versehen sind und welche als organische bezeichnet werden, aus dem Gehirn und Rückenmark austreten. Diese Nerven haben nur das Eigenthümliche, daß sie Nervenknoten, die man Ganglien genannt hat, besitzen. Die Ganglien sind

Nervenkörper, welche gewissermaßen Mittelpunkte für die sogenannten organischen Nerven bilden, und haben die Bestimmung, die Empfindungen und Bewegungen aller für das Bildungsleben thätigen Organe, also der Lungen, des Herzens, des Magens, des Darmkanals, der Leber u. s. w., in sich mehr zu konzentriren und dem Gehirn gegenüber mehr zu isoliren, damit sie bei normalem Verhalten des Körpers dem Gehirneinfluß mehr entrückt als wirklich völlig entzogen werden. Daher erklärt es sich denn auch, daß wir uns im gesunden Zustande weder der Empfindungen noch der Bewegungen jener Organe bewußt sind. Es lag in dem Plane des weisen Schöpfers, alle jene Organe, von deren ununterbrochener, ungestörter Wirksamkeit zunächst die Existenz des Körpers abhängt, weil sie gerade die Ernährung des Körpers vollbringen, beständig in größter Ruhe, unbehelligt von der Willensmacht, vor sich gehen zu lassen. — Wie bestimmt aber auch die dem bildenden Leben dienenden und mit knotigen (Ganglien=) Nerven versehenen Organe im gegliederten Zusammenhange mit dem Zentralkörper des Nervensystems, dem Gehirn und Rückenmark, sich befinden, wie unzweifelhaft auch sie unter der Herrschaft des Seelenorgans, des Gehirns, stehen, sollen folgende Thatsachen beweisen. Es ist schon hervorgehoben worden, daß allerdings im gesunden Zustande des Körpers die Empfindungen aller Organe der Brust und des Unterleibs dem Gehirn entrückt sind, und daß wir zum größten Theil eben so wenig von deren Bewegungen etwas erfahren. Wir fühlen von diesen Organen nichts, trotz dem, daß beständig innere Reize auf sie einwirken; wir empfinden z. B. den Reiz nicht, den das Blut auf die Wandungen des Herzens und der Blutgefäße, die Lymphe auf die Lymphgefäße und Drüsen, die Galle auf die Leber und die Gallengänge, der Urin auf die Nieren und Harnleiter ausübt. Wirken aber ungewöhnliche Reize auf diese Organe ein, erkranken sie, dann zeigt sich die Verbindung ihrer empfindenden Nerven mit dem Gehirn unabweisbar. Beim Einathmen scharfer, reizender Dämpfe z. B. empfinden wir sogleich den unangenehmen Eindruck derselben in den Lungen; beim Herunterschlingen zu heißer Speisen und Getränke, oder sonstiger scharfer, stark reizender Dinge fühlen wir sogleich Schmerz im Magen; entwickeln sich Gase im Darmkanal, so schmerzen die Därme, man klagt über Kolik; nimmt die Galle oder der Urin eine scharfe Beschaffenheit an, gleich ist auch die Empfindung des Schmerzes in der Leber und den Nieren da; welches Organ der Brust und des Unter=

leibes auch von Entzündung z. B. befallen wird, in jedem derselben empfinden wir das Gefühl des Schmerzes. Ständen aber diese Organe nicht in Verbindung mit dem Gehirn und Rückenmark, leiteten deren Empfindungsnerven den empfangenen Eindruck nicht zum Gehirn, so könnten die Schmerzen nicht zum Bewußtsein kommen, so könnten sie nicht empfunden werden. — Ganz eben so läßt sich der bestehende Zusammenhang der Bewegungsnerven der hier in Rede stehenden Organe mit dem Gehirn und der bestimmende Einfluß auf die Leitung der Bewegung jener Bewegungsnerven, welcher dem Gehirn für bestimmte Körperverhältnisse gesichert ist, unwiderleglich darthun. Bei einzelnen Organen, von denen hier gesprochen wird, zeigt sich der Einfluß des Gehirns auf ihre auch willenlos vor sich gehenden Bewegungen ganz deutlich. Die Bewegungen der Athmungswerkzeuge werden auch vom Gehirn beherrscht. Wir können nach unserm Willen das Athmen beschleunigen oder verlangsamen, wenn auch wohlweislich nicht unterdrücken. Das Gehirn übt ferner auch einen Einfluß auf die Bewegung des untern Darmtheils, auf den Mastdarm, aus; der Wille macht sich deutlich bei der Darmentleerung geltend. Ganz gleich verhält es sich mit der Bewegung der Harnblase. Das Gehirn zeigt auch hier seine Macht; der Wille macht sich bei der Entleerung der Harnblase vom Urin sichtlich geltend. Bei den gewöhnlichen Verhältnissen des Körpers schon ganz verdunkelt, doch unverkennbar bei manchen außergewöhnlichen zeigt sich das Abhängigkeitsverhältniß der Bewegungsnerven aller übrigen hierher gehörenden Organe vom Gehirn. Erleidet das Gehirn eine Verletzung oder einen heftigen Druck, so wird die Bewegung des Herzens und der Athmungswerkzeuge merklich abgeändert. Man beobachtet dieses recht deutlich, wenn, wie im Schlage, Blut im Gehirn austritt, wodurch letzteres einen Druck erfährt; die Athemzüge werden ganz langsam, während das Herz sich stark bewegt. Aufregung des Gehirns durch Freude z. B. wirkt alsbald auf die Bewegung des Herzens und der Blutgefäße so wie auf die Athmungsorgane zurück; wir fühlen, wie das Herz stärker sich bewegt, wie das Blut rascher durch die Adern treibt, die Brust sich schneller hebt und sinkt. Auch die Bewegungen des Magens und Darmkanals erfahren Abänderungen, sobald das Gehirn in einen gereizten Zustand versetzt wird. So entsteht z. B. verstärkte Bewegung des Magens, Erbrechen, in der Gehirnentzündung; nach mancher Verletzung des Gehirns tritt verstärkte Bewegung des Darmkanals (Durch-

fall) ein; auf manche andre Hirnverletzung erfolgt starke Zusammenziehung des Mastdarms und der Harnblase. Aber sogar über die Bildungsprozesse selbst gewinnt das Gehirn seine mächtige Herrschaft. Bei einem harmonischen Zusammenwirken des ganzen, bei den Verdauungs-, Blutbildungs- und Ernährungs-Vorgängen thätigen Organenapparats mit den übrigen Organen des Körpers, wie dies unter den gewöhnlichen Körperverhältnissen der Fall ist, wird der bestehende Einfluß des Gehirns auf die Bildungsprozesse nicht gemerkt; wohl aber zeigen sich diese der Gewalt des Gehirns anheimgegeben, wenn die harmonische Lebensverkettung aller Körpertheile durch eine wesentlich veränderte Stimmung des Gehirns gelöst ist. Es treten Zustände der Art oftmals ein, die ganz klar darthun, daß unter dem Einfluß des Gehirns die Säfte in eine von der Norm abweichende Mischung gerathen sind. Schon die erwiesene mächtige Einwirkung des Gehirns auf die Organe der Blutbildung und der Blutbewegung, die Lungen und das Herz, setzen die Möglichkeit des Zustandekommens abweichender Mischungsverhältnisse der Säfte auf dem bezeichneten Wege voraus. Thatsachen bestätigen aber auch eine solche Voraussetzung. Durch eine veränderte Stimmung des Gehirns, wie sie z. B. ein heftiger Schreck, ein tiefer Kummer, herbeiführen, können die Organisationsprozesse im Körper, wie die Erfahrung es lehrt, in eine solche durchgreifende Abweichung gerathen, daß die Ernährung des Körpers untergraben wird. Es ist allgemein bekannt, welche bedeutende Krankheiten der Art gerade der Schreck und der Kummer häufig veranlassen. Durch eine in anderer Weise sich kundgebende Verstimmung des Hirns, wie sie z. B. heftiger Zorn bewirkt, nimmt der Speichel nicht selten eine ätzende, fast giftartige, die Galle eine scharfe, heftig reizende Eigenschaft an. Wiederholte Versuche an Kaninchen lieferten das Resultat, daß wenn gewisse Theile ihres Gehirns verletzt wurden, jedesmal eine Veränderung der Darmabsonderung in der Weise eintrat, daß die Stühle schleimig und mit Blut vermischt waren, daß ferner aller Appetit verloren ging und der sonst bei diesen Thieren alkalische Urin eine sauere Eigenschaft annahm. Solche Erscheinungen können sich nur dann einstellen, wenn das Blut in seiner Beschaffenheit, seiner Mischung, eine Umänderung erfahren hat. Auf die Absonderungsprozesse läßt sich der Einfluß des Gehirns nicht nur in der eben angedeuteten qualitativen Beziehung, sondern auch in quantitativer nachweisen. Die erregte Stimmung des Gehirns durch Aerger vermehrt die Gallenabsonderung, die durch

Schreck verstärkt die Absonderung des Darmkanals (bewirkt Durchfall), die durch Angst erhöht die Hautabsonderung (veranlaßt (Angst-) Schweiß). Da das Gehirn, wie dargethan worden, ausschließlich Sitz der Seele ist, so kann es auch nicht anders sein, als daß dasselbe vermittelst seiner Leitungswerkzeuge, des Rückenmarks und der peripherischen Nerven, in unmittelbarer Verbindung mit allen Körpertheilen stehe. Als Vermittlungsorgan der Seelenverrichtungen mußte das Gehirn eine solche Stellung im Nervensystem einnehmen, um die Wechselbeziehungen zwischen Seele und Körper zu vermöglichen und deren Verknüpfung zu einem wohlgeordneten organischen Ganzen zu bewerkstelligen.

Das Ziel, welches für die Betrachtung über den Zusammhang der menschlichen Seele mit dem menschlichen Körper, über die Gemeinschaftlichkeit und Gegenseitigkeit der menschlichen Seelenkräfte und der menschlichen Körperkräfte gesteckt ist, schließt jegliche Untersuchung über die Unsterblichkeit der Seele, von der das Bewußtsein unserer moralischen Freiheit und der religiöse Glaube uns fest überzeugt hält, vollkommen aus. — In dieser Beschränkung des in Rede stehenden, für jeden denkenden Menschen das höchste Interesse gewinnenden Gegenstandes kann nur die Erfahrung der Leitstern sein, welcher sein strahlendes Licht über denselben ausbreitet und ihn möglichst von allen Seiten näher zu betrachten zulässig macht. Im menschlichen Organismus verschmelzen, wie im Eingange dieses Abschnittes gesagt worden ist, Seele und Körper als die zwei wesentlichen Faktoren desselben zu einem untrennbaren, sich gegenseitig bedingenden Ganzen. Dennoch aber lassen Seele und Körper unter sich wesentliche Verschiedenheiten wahrnehmen. Sie haben beide, wie früher nur kurz angedeutet werden konnte, ihre besondern Eigenschaften, sie besitzen beide ihre besondern Thätigkeiten. Der Körper, der eine Faktor des menschlichen Organismus, ist eine unter bestimmten Modifikationen hervortretende Stoffzusammensetzung, und insofern kommen ihm alle Eigenschaften der Materie zu. Er bildet ferner einen Complex unter sich zusammenhängender Organe, die obgleich verschieden in ihrem Baue, dennoch sämmtlich bestimmte Grundformen der Stoffzusammensetzung, nämlich Muskelfaser, Nervenfaser und Zellfaser, verrathen. Endlich ist der Körper ein durch planmäßige Anordnung, Lagerung und Verbindung der ihn zusammensetzenden Organentheile in sich geschlossenes Ganzes, in welchem sämmtliche Organentheile vermöge ihrer engen Lebensbeziehung zu einander sich gegenseitig bestimmen, wodurch eben der Körper während der ganzen Dauer seiner Existenz ihm

eigenthümlich zukommende Thätigkeiten ununterbrochen vollbringt, die alle seine Erhaltung, sein ferneres Fortbestehen, zum Zweck haben. Diese Thätigkeiten kommen daher eben nur dem Körper als solchem zu, und man bezeichnet sie mit Recht als Körperthätigkeiten im Gegensatz zu den Seelenthätigkeiten. Gemäß der beiden Grundformen der organischen Stoffbildung des menschlichen Körpers: der Muskelfaser und der Nervenfaser — denn die Zellfaser ist nur das form- und gestaltgebende Bindemittel für jene beiden — sind auch alle Thätigkeiten des Körpers auf Muskelthätigkeit, die an die Muskelfaser gebunden, und auf Nerventhätigkeit, welche der Nervenfaser eigenthümlich ist, zurückzuführen. Denn die bildenden Thätigkeiten des Körpers, welche dessen Ernährung und Verjüngung (Reproduktion) bewerkstelligen, müssen lediglich als Ergebnisse des vereinten Wirkens der Muskel- und Nerventhätigkeit, deren allgemeinster Charakter Bewegung ist, betrachtet werden. Die Muskelthätigkeit beruht dem Wesen nach auf dem Vermögen der Muskelfaser, sich auf einen empfangenen Reiz zusammenziehen, zu verkürzen und alsdann wieder auszudehnen, und insofern muß der Muskelfaser eine ihr eigenthümliche Reizbarkeit und ein ihr besonders zukommendes Wirkungsvermögen zugestanden werden. Die Nerventhätigkeit hingegen beruht ihrerseits auf dem wesentlichen Vermögen der Nervenfaser von einem Reiz einen entsprechenden Eindruck zu erfahren, diesen, gleich nachdem er empfangen, eigenthätig abzuändern, in dieser modifizirten Weise fortzuleiten und eine Gegenwirkung gegen denselben zu äußern. Daher muß auch der Nervenfaser eine ihr eigen angehörige Reizbarkeit und ein ihr nur eigenthümliches Wirkungsvermögen beigelegt werden. — Die Seele, als anderer Faktor des menschlichen Organismus, ist immateriell, ganz innerlich, an sich unräumlich, wohl aber an Raum (an das Gehirn) gebunden; sie muß als ein untheilbares Selbstständiges betrachtet werden, welches sich selbst erkennt, den Grund seiner Thätigkeiten in sich selbst trägt, diese selbst bestimmt und sie auf sich selbst bezieht. Die Thätigkeiten der Seele erfolgen daher nicht, wie die des Körpers, im Raume sondern in der Zeit. Indem die Seele sich selbst und all ihr Thun erkennt, wird sie sich selbst bewußt. Das Selbstbewußtsein ist die höchste und allgemeinste Eigenschaft der menschlichen Seele. Das Selbstbewußtsein erhebt den Menschen zu einem freien moralischen Wesen. — Aus dem Vorausgeschickten kann ersehen werden, daß die Seele einerseits durch Eindrücke, welche die peripherischen Nerven von außen empfangen und auf die früher angegebene Weise vermittelst des Gehirns zu ihr fortpflanzen, zu

Thätigkeiten angeregt wird, und daß andererseits ihr eigenthätiges, selbstständiges Wirken selbst wieder, unabhängig von jedem Aeußern, Thätigkeiten in ihr hervorruft. In Betracht dessen kommt der Seele Empfänglichkeit zu. Die freie Bestimmbarkeit der Thätigkeit, welche ebenfalls eine Eigenschaft der Seele ausmacht, ist schon erwähnt worden. — Wie alle Körperthätigkeiten, früheren Andeutungen zufolge, auf Bewegungen zurückzuführen sind, ebenso lassen sich alle Seelenthätigkeiten auf Vorstellungen zurückbringen. Alle Thätigkeiten der Seele sind nur verschiedentlich modifizirte Vorstellungen. Es lassen sich aber zwei Grundformen der Vorstellung unterscheiden. Die eine Form der Vorstellung äußert sich als Erkenntniß, die andere als Begehrung. Gemäß zweier Hauptfactoren der Seele, des Geistes und des Gemüths, ist das Erkennen Sache des Geistes, das Begehren Sache des Gemüths. Das Vermögen des Geistes ist: wahrzunehmen, Begriffe zu bilden (wodurch der Geist sich als Verstand äußert), zu urtheilen und Schlüsse zu ziehen (durch welches letztere der Geist sich als Vernunft kundgiebt). Ihm fallen auch noch Einbildung, Phantasie und Gedächtniß anheim. Der Geist steht in besonderer Wechselbeziehung mit den Nerven und hauptsächlich mit dem Gehirn. Wenn man für gewöhnlich von einem geistreichen Menschen sagt: er ist ein guter Kopf, so hat das einigermaßen seine Richtigkeit, denn die Geistesthätigkeit hängt wirklich von der Energie der Hirnthätigkeit ab. — Das Vermögen des Gemüths besteht im Begehren. Das Gemüth schließt das Gefühl und den Willen in sich. Gefühl ist die Fähigkeit der Seele, von dem Verhalten der Außendinge zum Organismus Eindruck zu empfangen, d. h. die Außendinge und ihren Einfluß auf den Körper wahrzunehmen (äußeres Gefühl), ferner von dem Verhalten des eigenen Körpers, d. h. von dem Zustande desselben ohne Vermittelung der sogenannten fünf Sinne Vorstellungen zu erhalten (Gemeingefühl: gleichsam ein sechster Sinn), und endlich auch von Einflüssen ergriffen zu werden, welche über alles Sinnliche hinausreichen (inneres Gefühl). Das innere Gefühl ist rein geistig und tritt hervor, wenn die Seele sich in sich zurückzieht, in sich beschaulich wird und ihr höheres Dasein fühlt. Das innere Gefühl läßt den Menschen des eigentlichen Wesens seines Ich's inne werden und den Grund seines Daseins im höchsten Wesen, in Gott, fühlen. Der Wille ist die Fähigkeit der Seele, je nach den sich bewußt gewordenen Gefühlen entsprechende Begehrungen hervorzurufen. — Nach alle dem ist das Gemüth der Sammelpunkt aller unserer Gefühle, aller unserer Nei-

gungen, unserer Triebe, es ist der Born unseres Wohles und Wehes und giebt den Maßstab ab für unsern sittlichen Werth. — Erregungen des Begehrungsvermögens, des Gemüths, welche nicht durch das Erkenntnißvermögen beherrscht werden, arten in Leidenschaften aus. — Steht der Geist in besonderer Wechselbeziehung zu den Nerven und dem Gehirn, so zeigt sich das Gemüth, wie schon der Wille darauf hinweist, in näherer Wechselbeziehung mit den Muskeln und hauptsächlich mit dem Herzmuskel. Der gemeine Sprachgebrauch setzt auch oft, und wie man sieht, mit Berechtigung, für das Gemüth das Herz. Von einem gutmüthigen Menschen pflegt man zu sagen: er habe ein gutes Herz, und von einem bösmüthigen, er sei schlechten Herzens. Was die Muskeln kräftigt, kräftigt auch den Willen. Die Gemüthsaffekte wirken großentheils vorzugsweise auf das Herz. Obgleich aber auch Körper und Seele in dieser Getrenntheit und Verschiedenheit unter sich betrachtet werden konnten, so bestehen dennoch beide, wie wiederholentlich hervorgehoben worden ist, im lebenden menschlichen Organismus als eine Einheit, die keinerlei Sonderung zulässig macht. Wenn Körper und Seele zwei gleich wesentliche und sich wechselseitig gleich bedingende Faktoren des menschlichen Organismus sind, so wird auch eine Trennung der Lebensthätigkeiten des Körpers und der Lebensthätigkeiten der Seele nicht stattfinden können; auch sie werden sich wechselseitig bedingen und bestimmen müssen. So weit wir uns an die Erfahrung halten dürfen, ist dem auch wirklich so. Vorerst erweisen sich beide Thätigkeiten an die Materie, an den Stoff, gebunden und von deren Beschaffenheit abhängig, die Seelenthätigkeit an das Gehirn, die Körperthätigkeiten an die einzelnen Organe des Leibes. Der Mensch, dessen Seelenleben bis zum Selbstbewußten emporgehoben ist, hat auch deshalb unter allen lebenden Geschöpfen nicht nur das verhältnißmäßig größte, sondern auch das am feinsten organisirte Gehirn. Geistreiche Menschen haben ein großes, mit besonderer Vollkommenheit organisirtes Gehirn; Blödsinnige haben ein kleines, verkümmertes Gehirn. Ein Druck auf das Gehirn, wie z. B. in der Hirnwassersucht, vermag die Seelenthätigkeiten zu vernichten. — Jedes Organ des Körpers hat seine bestimmte Thätigkeit. Ist die Organisation der einzelnen Körpertheile eine vollkommene, so wird auch ihre Thätigkeit eine vollkommene sein, ist ihre Organisation eine fehlerhafte, so wird auch ihre Thätigkeit fehlerhaft. Ferner stellt die Erfahrung die Abhängigkeit des Leibes von der Seele und wiederum die der Seele vom Leibe

sowie die organische Wechselwirkung zwischen Seelen- und Körperthätigkeit außer Zweifel. Seelenhoheit hebt auch den Körper. Eine starke Seele giebt auch dem schwächsten Körper eine oft bewundernswerthe Stärke, während Versunkenheit der Seele auch den Körper materiell zum Sinken bringt und eine schwache Seele den stärksten Körper schwach werden läßt. Umgekehrt aber auch kann alle vorhandene Seelenhoheit und Seelenstärke durch Schwächung, Verschlechterung des Körpers vernichtet werden; der geistreichste Mensch wird durch Schwelgereien, welche die Organisation seines Leibes tief erschüttern, geistesstumpf. Eben so wirkt die Seele bestimmend auf die Thätigkeiten des Körpers und umgekehrt der Körper auf die der Seele. Jede Seelenthätigkeit, jede Vorstellung veranlaßt eine Körperthätigkeit. Daher findet jegliche Regung, jegliche Wirkung der Seele ihren erkennbaren körperlichen Ausdruck. Tiefes Denken und Gedankenlosigkeit, Freude und Kummer, Hoffnung und Verzweiflung, Zorn und Sanftmuth, Scham und Aerger u. s. w. drücken sich in den Gesichtszügen aus; auch ist schon, als vom Gehirn als Vermittlungsorgan der Seelenthätigkeiten die Rede war, zu erweisen gesucht worden, daß die Seelenthätigkeiten bestimmend in die Körperthätigkeiten eingreifen und daß die Seele selbst auf die Stoffbeschaffenheit des Leibes einen bestimmenden Einfluß ausübt. Denn was dort von der Herrschaft des Gehirns über alle andern Körpertheile gesagt worden, bezieht sich ja eigentlich auf die Seele, deren Werkzeug gleichsam das Gehirn nur ist. Die Seele steht auch in dieser Beziehung mit dem Gehirn als Organentheil des Körpers in demselben Verhältniß, wie zu den andern Organen. Die Seelenthätigkeit bestimmt auch die Thätigkeit des Gehirns, soweit sie ihm als solchem eigen angehört und influirt selbst auf seine Organisation. Das Denken steigert die Energie der Hirnthätigkeit und trägt zur Verfeinerung seiner Organisation bei, wodurch wiederum der Geist geschärft wird. Uebermäßiges Denken schwächt die Energie der Hirnthätigkeit und kann die Organisation des Gehirns nachtheilig stören, in Folge dessen der Geist stumpf wird. Umgekehrt aber auch bewirkt jede Körperthätigkeit, daß auch die Seele thätig wird. Die Sinnesthätigkeiten des Auges, des Ohrs, des Geruchs-, Geschmacks- und Tastorgans, die Thätigkeit der Bewegungsmuskeln u. s. w. rufen Vorstellungen in der Seele hervor, und eben so veranlassen alle übrigen Funktionen des Körpers mehr oder weniger deutliche Vorstellungen; Verstimmungen der Körperthätigkeiten verstimmen auch die Seelenthätigkeiten. Eine Ueberladung

des Magens z. B., wodurch dessen Thätigkeit alterirt wird, vermag schon die Vorstellungen der Seele unklar werden zu lassen, den Kopf stark einzunehmen, wie man sich gewöhnlich auszudrücken pflegt; Verstimmung der Unterleibsthätigkeit, wie sie z. B. bei Unterleibskranken durch Störungen der Pfortaderblutzirkulation vorzukommen pflegt, ist im Stande, die Vorstellungen der Seele schwankend und unsicher zu machen; der Zustand des Körpers wird alsdann unrichtig beurtheilt, das Gemüth wird von falschen Gefühlen erregt und der Wille entbehrt der vollständigen Freiheit.

Bei einem so gänzlichen Ineinanderschmelzen von Körper und Seele im menschlichen Organismus, bei einem so völlig unmittelbaren Wechselwirken beider, bei der innigen Gegenseitigkeit zwischen den Seelen- und Körperthätigkeiten, insofern sie sich einander bestimmen, kann die Integrität des Organismus, die Gesundheit, nur bestehen, wenn Seele und Körper im vollständigsten Einklang sich erhalten. — Ist es aber auch unzweifelhaft, daß der Körper eine ganz entschiedene Macht über die Seele geltend macht, so ist es doch eben so gewiß, daß die Gewalt der Seele über den Körper eine noch viel größere ist. Es giebt keine Einwirkungen, welche mächtiger in das Räderwerk unseres Körpers eingriffen, dasselbe mit mehr Entschiedenheit zu kräftigem Gange anzuhalten oder auch wieder in seinem Getriebe zu hemmen vermöchten, als die Einwirkungen der Seele. Ein freudiger Seeleneindruck versetzt sogleich die ganze organische Maschine in lebhaftere Bewegung, ein trauriger verlangsamt ihren Gang, ein Schreck erregender kann die Maschine plötzlich zum Stillstand bringen. Demnach dürfte es kaum noch Jemanden geben, der das Hochwichtige einer sorgsamen Pflege der Seele, die der Mensch als selbstbewußtes, freies Wesen in seiner Gewalt hat, zur Erhaltung der Gesundheit möchte in Abrede stellen wollen. Die Seele besitzt aber auch, wie einsichtlich dargethan worden ist, die Mittel, das Räderwerk des Körpers, wenn es in seinen verschiedenen Gliedern Schaden erlitten, wieder zu verbessern und auszugleichen; mit andern Worten, die Seele kann das Mittel werden zur Heilung des kranken Körpers. Ein starker Wille kann z. B. verhindern, daß ein Krampfanfall, dessen Eintritt der Kranke vorempfindet, zum Ausbruch kommt; wenn der Kranke an der Genesung von seinen schweren Leiden schon verzweifelt und das der Art bedrückte Gemüth die sonst mögliche Wiederherstellung wirklich in Zweifel stellt, so kann eine lebhaft in ihm erregte Hoffnung, daß er sicher genesen werde, das wirksamste Mittel sein, seinem kranken Körper schnell zum gesunden zu verhelfen. Eine

plötzliche, unverhoffte, nicht zu stürmisch wirkende Freude hat, wie der Beispiele nicht wenige vorliegen, schon manches hartnäckigen Widerstand leistende, besonders in den Nerven wurzelnde Uebel zum völligen Weichen gebracht. Wenn in der Seele selbst die Krankheitsursache gegeben ist, wenn Kummer z. B. oder irgend ein ähnlicher Seelenschmerz den Körper schon zernagt hat, so wird oft der Eindruck, den die Seele durch Befriedigung eines von ihr stillgehegten Wunsches erhält, das einzige Mittel, den schon geknickten Körper völlig wieder aufzurichten. Alles dies wird die Ueberzeugung beizubringen geeignet sein, daß die Pflege der Seele in Krankheiten eine noch viel umsichtigere, weiter gehende sein muß, als im gesunden Zustande, schon aus dem einfachen Grunde, weil der Körper, je schwächer er ist, desto geringeren Widerstand den Seeleneinwirkungen entgegen setzen kann.

Die vorausgegangenen Erörterungen über das Verhältniß der Seele zum Körper lassen erwarten, daß eine zweckentsprechende Pflege der Seele für die Kranken in Warmbrunnn während sie die Kur gebrauchen, als eine der wichtigsten Bedingungen zur Wiedererlangung der verlorenen Gesundheit erkannt werden wird. Eine Hauptaufgabe aller Kranken in Warmbrunn muß es sein, stets darüber zu wachen, daß, so weit nur immer die eigene Kraft dazu ausreicht, die Seele das möglichste Gleichgewicht ihres Wirkens erhalte, daß weder die eine noch die andere ihrer Thätigkeiten eben so wenig ein entschiedenes Uebergewicht als ein erhebliches Zurückdrängen erfahre. Auch muß von ihnen zu jeder Zeit Bedacht darauf genommen werden, jedwede Einwirkung auf die Seele, so viel nur immer thunlich, von sich fern zu halten, welche in ihrer Rückäußerung auf den Körper dessen Lebenskräfte zu hoch zu spannen oder unter den Normalgrad herabzusetzen vermögen, hingegen sich solchen so viel als möglich zu überlassen, welche im Stande sind, die Energie der Körperthätigkeiten maaßvoll zu beleben. — Mit Rücksicht hierauf müssen alle Beschäftigungen, welche mit Anstrengungen des Geistes verbunden sind, das Denkvermögen allzusehr in Anspruch nehmen, aufgegeben werden. Weder die Lektüre, welche zuweilen die Ruhezeit ausfüllen soll, noch die Unterhaltung, noch sonst irgend andere vorgenommene Arbeiten dürfen solcher Art sein, daß sie ernstes, tieferes Nachdenken erfordern. Stärkere Anspannung der Geisteskräfte, besonders das Nachdenken über Gegenstände, welche der Ideenwelt angehören, wie es Gelehrten besonders eigen zu sein pflegt, verzehrt allzusehr die Körperkräfte. Denn, wie

früher schon hervorgehoben worden ist, geschieht niemals eine Steigerung irgend einer Thätigkeit in irgend einem Gebiete des Organismus, ohne Beeinträchtigung, ohne auf Unkosten anderer Thätigkeiten. Im höchsten Grade ist dies aber der Fall, wenn die Seelenthätigkeiten in ihrer geistigen Sphäre eine ungewöhnliche Erhöhung erlangen, weil, geschehenen Erörterungen zufolge, gerade sie die meisten Lebenskräfte schon an und für sich konsumiren. Die Erfahrung weist es auch nach, daß Geistesanstrengungen alle Körperthätigkeiten zum Sinken bringen, daß namentlich die Bildungsthätigkeiten des Körpers, Verdauung, Blutbereitung und Ernährung, es sind, die dabei am fühlbarsten getroffen werden, und daß eben deshalb schlechte Verdauung, Abnahme der Energie des Blutgefäß-Systems, wodurch der Umlauf des Blutes träge wird und leicht in Stockung geräth, so wie Hemmungen der Aussonderungsthätigkeiten, in deren Folge die Blutmischung sich verschlechtert, ihre baldigen Begleiter ausmachen; ein Umstand, der für die Kranken in Warmbrunn von entschiedener Bedeutung ist, da die meisten Krankheiten derselben gerade in diesen Gebieten des Körpers wurzeln und die eben gedachten Erscheinungen in ihrem Gefolge haben. Gelehrte und überhaupt alle Diejenigen, welche meist mit Arbeiten beschäftigt sind, die das Denkvermögen vorzugsweise in Anspruch nehmen, sind daher auch in der Regel unterleibskrank, leiden an schlechter Verdauung und sehen selten wohlbeleibt aus. Jede Geistesanstrengung wirkt aber auch auf das Gehirn als ein starker Reiz und wird somit Ursache, daß das Blut mehr, als gewöhnlich zum Kopfe drängt, wodurch Hitze, Eingenommenheit des Kopfes und Kopfschmerzen, die häufigen Folgen stärkerer Geistesthätigkeit, sich einstellen. Eine zu ernste geistige Beschäftigung der Kranken in Warmbrunn wird letztere Wirkungen um so leichter nach sich ziehen, als die Bäder und die etwa dabei noch angewandten Mineralbrunnen das Blut zu einem beschleunigtern Umlauf anregen, ferner wenn eine Neigung des Kranken zu Kongestionen nach dem Kopfe vorhanden ist. — Am nachtheiligsten ist jede ernstere, das Denken mehr in Anspruch nehmende Beschäftigung nach dem Essen. Die Verdauung wird dadurch wesentlich beeinträchtigt, weil die erhöhte Hirnthätigkeit die des Magens herabsetzt. — Jegliche Beschäftigung während der Kur muß auf Zerstreuung und Erheiterung gerichtet sein und zu keinem andern Zweck unternommen werden. Gleichem Zwecke muß die gesellige Unterhaltung unterliegen. Leichte, angenehme Lektüre, Musik, Theater sind die besten Zerstreuungsmittel für die Zeit, in welcher man dem Auf-

enthalt in der freien Natur entsagen muß. Eine ganz angemessene und dem Kurzwecke in hohem Grade entsprechende Zerstreuung gewährt der gesellige Umgang mit Personen, die der Individualität am meisten zusagen und die durch ihre gute Laune und ihren harmlosen Witz der Geselligkeit Würze geben. Die Einsamkeit hingegen ist ein Todfeind der Kur. Zurückgezogen von aller Welt, auf sich allein nur beschränkt, wird ein Jeder, zumal wenn man leidend ist, bald dahin gebracht, sich mit sich selbst zu viel zu beschäftigen und seine Leiden zum Gegenstande seines Nachdenkens zu machen. Die Seele geräth hierbei in Mißstimmung, oder es wird überhaupt der Geist in einer ernsten Richtung seiner Thätigkeit gefesselt gehalten, daß das Gehirnleben zu sehr die Oberhand gewinnt, wodurch die Triebfedern des bildenden Lebens, die schon ohnehin bei dem Einen mehr, bei dem Andern weniger die normale Spannkraft eingebüßt haben, in noch größere Abspannung gerathen müssen. Nichts vermag mehr den glücklichen Erfolg der Kur zu begünstigen als ein Abwenden des Geistes von der Körperlichkeit durch Zerstreuung, wobei die Seele in eine heitere, fröhliche Stimmung versetzt wird; denn auch der Leib wird alsdann gleichzeitig in seiner Weise in eine bessere Stimmung gebracht. Daher ist es gerade die Gemüthsseite der Seele, auf welche die Kranken in Warmbrunn ihre besondere Aufmerksamkeit zu richten haben, indem alles Begehren, alles Fühlen, alles Wollen, worin die eigentliche Quelle aller unserer Seelenstimmungen zu suchen ist, von ihr ausgeht. Ruhe des Gemüths ist eine mächtige Stütze, ein fester Grundpfeiler des körperlichen Wohls. Jegliche erhebliche Erschütterung des Gemüths bringt das komplizirte Gebäude des Menschenkörpers in ein gefährliches Schwanken, untergräbt die Gesundheit. Ein frohes und dabei lauteres Gemüth kann oft schwere Leiden bekämpfen helfen. Nicht aber etwa die Seeleneindrücke allein, welche das Gemüth durch unangenehme Gefühle beunruhigen, gefährden den Körper, sondern auch solche, welche das Gemüth sonst angenehm berühren und erhebende Gefühle erwecken, bewirken ein Gleiches, sobald ihnen nicht durch die Vernunft Grenzen gesetzt werden, daß sie in ihren Folgen nicht das Gefühl überspannen und das Gemüth in Leidenschaftlichkeit ausarten lassen. Eins der wichtigsten Erfordernisse für den günstigen Erfolg der Kur ist es daher, Mißmuth, Hoffnungslosigkeit, Besorgniß, Kummer und ähnliche, das Gemüth niederdrückende Affekte mit der größten Anstrengung des Willens von sich fern zu halten. Sie wirken ähnlich einem schleichenden Gifte, welches alle Lebensthätigkeiten des Körpers langsam, aber sicher abschwächt,

die Nervenkraft niederhält, den Blutumlauf verlangsamt, in den wichtigsten Organen, besonders in denen des Unterleibes, das Blut ins Stocken bringt, die Verdauungsthätigkeit in bedeutendem Grade vermindert, den Schlaf unruhig werden läßt oder ihn vollkommen stört und endlich die ganze Säftemischung in die verderblichste Abweichung von der Norm bringt. Wie kann unter solchen Umständen die Wirkung der angewandten Bäder und Brunnen aufkommen? Wie ist es hierbei möglich, auf eine Genesung rechnen zu können? Begieb dich, sagt ein schon verklärter Weiser der Neuzeit, mit deiner kranken, rathlosen Seele, mit deinem Bangen und Zweifeln, in die Kreise der Gesellschaft. Dort hat oft ein hingeworfenes Wort wie ein Blitzstrahl die fürchterlichsten Nächte aufgehellt. Das beste Mittel, dergleichen Beunruhigungen des Gemüths zu begegnen, ist fürwahr, Zerstreuung in geselligen Kreisen aufzusuchen und das Alleinsein so viel als möglich zu vermeiden. Heitere, ruhige Stimmung des Gemüths während des Gebrauchs der Kur ist eins der vorzüglichsten Unterstützungsmittel derselben. Sie verhilft dem Körper dazu, daß seine Verrichtungen mit der nöthigen Ebenmäßigkeit und Lebhaftigkeit von statten gehen, und erhält die Seele in der bestimmungsgemäßen Harmonie mit dem Leibe. — Im hohen Maaße nachtheilig sind leidenschaftliche Aufwallungen des Gemüths. Sie bringen plötzlich sowohl die Verrichtungen der Seele als die des Körpers aus dem Gleichgewicht und rufen je nach ihrer Verschiedenheit verschiedentlich die nachtheiligsten Rückwirkungen auf den Körper hervor. Sie wirken alle als starke Reize, die je nach dem Grade der Heftigkeit solcher Gemüthsbewegungen den ganzen Organismus in mehr oder weniger heftige Aufregung versetzen, welcher in stärkerem oder schwächerem Maaße Erschöpfung aller Lebenskräfte nachfolgen. — Zorn und Aerger verursachen eine starke Erschütterung des ganzen Nervenlebens und bringen das Gefäßsystem in so heftige Bewegung, daß der Blutumlauf in Unordnung geräth. Eine besonders feindliche Wirkung äußern Zorn und Aerger auf die Leber. Sie regen dieses Organ gewaltsam zu verstärkter Thätigkeit an, so daß die Absonderung der Galle im Uebermaß geschieht und Gallenergießungen mit allen ihren üblen Folgen, besonders auf die Verdauung eintreten. — Von nicht minder unheilvollen Rückäußerungen auf den Körper sind Gemüthsbewegungen anderer Art. Der Schreck richtet seinen nachtheiligen Einfluß hauptsächlich auf das gesammte Nervensystem. Er beschränkt in bedeutendem Grade die Thätigkeit aller

Nerven und ruft gewissermaßen einen allgemeinen Krampfzustand des Körpers hervor, der vorzugsweise in den feinen Blutgefäßnetzen (Kapillargefäßen) eine bedrohliche Wirkung äußert. Durch die rasch entstehende krampfhafte Zusammenziehung der Blutgefäße nämlich geräth die Zirkulation des Blutes plötzlich in Stockung, das Blut an der Oberfläche des Körpers schwindet, während die innern Theile stark mit Blut angefüllt werden. In Folge dessen erhält das Gesicht und die übrige äußere Haut eine tiefblasse Farbe, der Körper wird kalt und verfällt in eine Art Starrung und Gefühllosigkeit, oder es entsteht ein starkes, oft bis zu Schüttelkrämpfen sich steigerndes Gliederzittern. Lassen diese Zufälle nach, so treten große Abspannung und Hinfälligkeit zunächst ein. Wie der Zorn gern die Leber affizirt, so greift der Schreck mit einer gewissen Vorliebe den Darmkanal an. Durchfälle erfolgen daher sehr häufig nach Schreck. — Wie schon angedeutet worden ist, können aber auch Seeleneindrücke, die das Gemüth angenehm erregen und freudig stimmen, wenn sie einen hohen Grad von Stärke erreichen und zu ungezügelter Wirkung gelangen, dem Körper gefährlich werden. Die Freude ist ein belebender, den ganzen Organismus pfeilschnell durchdringender Reiz, der alle Leibes- und Seelenthätigkeiten stärker anfacht und ihnen Kraft verleiht. Sie erhöht und erkräftigt das Nervenleben, erhellt den Geist, macht, daß das Blut eine lebhaftere, freiere Bewegung annimmt, ist der Verdauung förderlich und verhilft den Muskeln zu außergewöhnlicher Stärke. So wohlthätig die Freude sich demnach in ihrem Einflusse auf den menschlichen Organismus äußert, so kann dieselbe dennoch, wenn sie mit Heftigkeit und unversehens wirksam wird, nicht minder, wie die andern Gemüthsaffekte, gefährliche Folgen nach sich ziehen, ja sogar das Leben hart bedrohen. — Wie sehr alle Kranken in Warmbrunn Gemüthserschütterungen jeglicher Art zu fürchten haben, dürfte nunmehr genügend nachgewiesen worden sein. Daher ist auch das Hazardspiel, welches die heftigsten Gemüthsaufregungen herbeizuführen im Stande ist, so verwerflich während des Gebrauchs der Kur. — Nur allein der Hoffnung können Alle, welche an unsern Heilquellen weilen, um ihre Gesundheit wieder herzustellen, sich vollkommen hingeben. Der Freude gleich wirkt auch die Hoffnung, nur noch sanfter und milder, auf alle Thätigkeiten des Körpers und der Seele belebend und krafterhöhend.

Taxe

für

die Bäder, Brunnen und übrigen Heilanstalten.

	1. Klasse.			2. Klasse.			3. Klasse.		
	Rtlr.	sgr.	pf.	Rtlr.	sgr.	pf.	Rtlr.	sgr.	pf.
1) Für ein Bad in der hölzernen Wanne, oder einer Wanne von Fayence	—	7	6	—	5	—	—	2	6
2) in der Wanne von Zinn	—	10	—						
Dem Wannenwärter Gebühren für jedes Bad	—	1	—	—	1	—	—	1	—
3) Für die Bäder im Bassin, man mag täglich einmal baden oder doppelte Bäder nehmen, pro Woche	2	—	—	1	10	—	—	12	—
Für ein Bad im Bassin als Probebad..	—	7	6	—	5	—	—	2	6
4) Dem Bademeister oder der Bademeisterin Gebühren pro Woche	—	5	—	—	2	6	—	2	—
5) Denenselben für das Badehemde nebst Bademantel, wenn man keine eignen hat,	—	2	—	—	—	—	—	—	—
Pro Woche aber	—	15	—	—	10	—	—	7	6
Für ein Handtuch	—	1	—	—	—	—	—	—	—
6) Für ein Fußwannenbad	—	2	6	—	—	—	—	—	—
7) Für den Brunnen pro Woche	—	15	—	—	10	—	—	5	—
Dem Bademeister	—	5	—	—	2	6	—	2	—
8) Für ein Frottirduschbad	—	15	—						
Dem Frotteur oder der Frotteuse jedesmal	—	5	—						
9) Für ein gewöhnliches Duschbad	—	7	6	—	5	—	—	2	6
Dem Duschmeister jedesmal	—	1	—	—	1	—	—	1	—
10) Für ein Regenbad.................	—	7	6	—	5	—	—	2	6
11) Für ein Tropfbad	—	5	—	—	—	—	—	—	—
12) Für das Electrisiren jedesmal	—	7	6	—	5	—	—	2	6
Die Gebühren für die Bemühungen sind der Discretion des Badegastes überlassen.									

Anmerkung: Kinder unter 12 Jahren zahlen durchgehends die Hälfte der obigen Taxen.

Druck von C. H. Storch und Comp. in Breslau.

Druckfehler.

Zeitweise Entfernung des Verfassers vom Druckorte ist Schuld, daß mehrere Druckfehler, und unter diesen einige sinnentstellende, stehen geblieben sind. Es wird ersucht, diese vor dem Lesen der Schrift zu verbessern.

Seite 4	Zeile	16 v. u.	lies	gefühlten statt gefühltem.
= 10	=	6 v. o.	lies	namhaft statt nahmhaft.
= 13	=	7 v. o.	sind	hinter und die Worte in der hinzuzufügen.
= 13	=	16 v. u.	lies	Jaspis statt Jaspit.
= 16	=	4 v. u.	ist	hinter Logiehäuser das Wort und zu streichen.
= 17	=	12 v. u.	ist	hinter Vortheile das Wort dar zu streichen.
= 19	=	7 v. u.	lies	Gneus statt Gneis.
= 19	=	15 v. u.	=	Gneus = Gneis.
= 20	=	12 v. u.	=	sudetica statt sudedica.
= 23	=	1 v. o.	=	wäßriger statt wäßrigen.
= 25	=	11 v. o.	=	hervorträten statt hervorträte.
= 28	=	19 v. u.	=	der Atmosphäre an Temperatur Abbruch gethan statt die Atmosphäre der Temperatur Abbruch thun.
= 29	=	2 v. o.	lies	sie statt sich.
= 29	=	18 v. u.	=	größeren statt größerem.
= 31	=	9 v. o.	=	Weltgegend statt Waldgegend.
= 31	=	10 v. u.	=	Einfluß statt Einguß.
= 32	=	1 v. u.	=	schwereren Luftschichten statt schwerere Luftschicht.
= 38	=	11 v. u.	=	vom statt von.
= 41	=	16 v. o.	=	einem statt einen.
= 42	=	1 v. u.	=	grauen statt grauem.
= 44	=	4 v. u.	=	messingen statt messigen.
= 45	=	14 v. u.	=	Kräuter statt Kräuten.
= 65	=	15 v. u.	=	ein statt eine.
= 73	=	3 v. o.	=	Sprüngen statt Springen.
= 73	=	5 v. o.	=	Verbindung statt Verbingung.
= 91	=	3 v. o.	=	großen statt großem.
= 92	=	13 v. u.	=	voraussichtigen statt voraussichtiger.
= 93	=	1 v. u.	=	Temperatur statt Temparatur.
= 99	=	14 v. o.	=	zieht statt ziehen.
= 117	=	11 v. o.	=	ihrer statt ihre.
= 124	=	1 v. o.	=	bar statt mittelbar.
= 128	=	2 v. o.	=	trinkt statt zu trinken.
= 128	=	15 v. o.	=	ihre statt ihrer.
= 133	=	4 v. u.	=	Widerstandskraft statt Wiederstandskraft.
= 137	=	1 v. o.	=	darf statt bedarf.
= 150	=	2 v. u.	ist	sich vor äußern zu streichen.
= 150	=	17 v. o.	lies	Krisen statt Kriesen.
= 150	=	18 v. o.	=	begriffen statt begriffner.
= 151	=	15 v. u.	=	Getränken statt Getränke.
= 158	=	18 v. o.	=	aus statt als.
= 176	=	17 v. u.	=	erschwertem statt erschwerten.
= 179	=	1 v. u.	=	ihnen statt ihm.
= 185	=	10 v. u.	=	Gefäßsystem statt Gefäßsystems.
= 193	=	4 v. o.	=	äußern statt äußere.
= 195	=	14 v. o.	=	Ursachen statt Ursache.
= 211	=	10 v. u.	ist	nach dem Worte saurem , und nach dem Worte Schwefelwasserstoff = zuzufügen.
= 226	=	13 v. u.	lies	der statt den.
= 231	=	2 v. o.	=	einer statt eine.